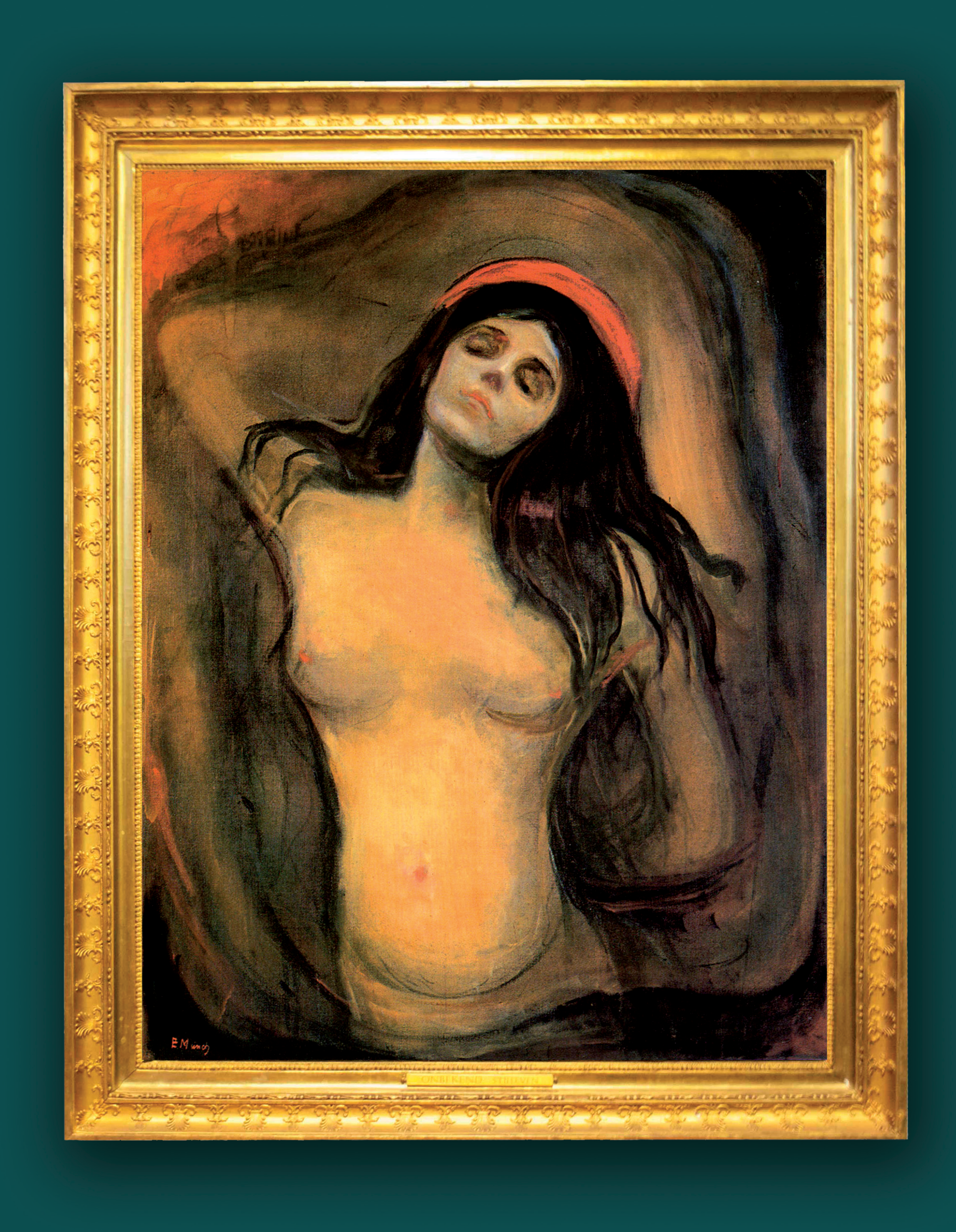
aware

Magazin für Psychologie / FS12



Die Kunst des Verführens



Liebe Leserin, lieber Leser

Die Kunst des Verführens ist der Leitspruch der vor dir liegenden Ausgabe. Nicht nur die Redaktionsleitung ist der Verführung erlegen, sondern auch Brigitte Boothe, die, vom Thema begeistert, sich spontan zu einem Beitrag entschloss. Für diese Bereicherung danken wir herzlich.

Der Mensch ist des Menschen Verführer. Und wo es Verführerinnen und Verführer gibt, sind Verführte nicht weit. Die Handlungen, zu denen wir verleiten und uns verleiten lassen, reichen von unnötigem Konsum über allzu leichte Preisgabe von Geheimnissen hin zum Liebesverrat. Die Universität lockt als Tummelplatz von naschlustigen, trink-, tratsch- und flirtfreudigen Studierenden sowie auch als Wirelesslieferant. In der virtuellen Welt vervielfältigt sich die Versuchung und mit ihr die Zahl jener, die nicht mehr widerstehen können. Die einen amüsieren sich mit Hilfe von Facebook, anstatt zu lernen und riskieren, die Prüfungen nicht zu bestehen. Andere wiederum stürzen sich, trotz bestehender Partnerschaft, in virtuelle oder fleischliche Liebesabenteuer. Die Konsequenzen davon sind nicht immer erfreulich.
Mit den Trümmern des eigenen Tuns konfrontiert, kann man zu selbstwert-dienlichen Attributionen greifen, sich mit Schuldfragen quälen, oder aber man verinnerlicht sich Lessings *Lied aus dem Spanischen*

Gestern liebt' ich,
Heute leid' ich,
Morgen sterb' ich;
Dennoch denk' ich
Heut' und Morgen
Gern an gestern.

und sagt es sich in Zeiten der Not auf.

Vergnügtes Blättern, Schauen und Lesen wünscht dir
deine Redaktion

PS: Magst du aware? Dann steuere der nächsten Ausgabe einen Text oder eine Illustration bei. Magst du aware nicht? Dann komm und mach es besser!

Impressum

Herausgeber: Psychologiestudierende der Universität Zürich, Verein aware | **Chefredaktion:** Thekla Schulze (UZH), Homayun Sobhani (UZH), Dragica Stojković (UZH) und Corina Winzer (UZH) | **Gestaltung:** Adrian Oesch (UZH) | **Inserate und Marketing**: Fabienne Meier (UZH), inserate@aware-magazin.ch, Katharina Szybalski (UZH) | **Autoren:** Sabrina Brüstle (UZH), lic. phil. Simone Eberhart, Fabienne Meier (UZH), Melanie Contró Prado (UZH), Moritz Pohlmann (UniBE), Prof. Dr. Brigitte Boothe, Antje Stahnke (UniBE), Kristin Möllering (UZH), Juliana Graf (UZH), Simon Lang (UZH), Stefan Rohrer (UZH), Viviane Molitor (UniBE), Manuel Merkofer (UZH), Ferdinand Denzinger (FAPS), Mirjam Zeiter (psyCH) | **Illustratoren:** Laura Basso (UZH), Juliana Graf (UZH), Barbara Antoinette Haegi (UZH), Timo Honegger, lic. phil. Sandy Krammer, Amir Moye (UniBE), Ronny Peiser (ronnypeiser.de), Stefan Rohrer (UZH), Stefanie Umbricht (UZH) | **Druck**: Offsetdruck Goetz AG | **Auflage**: 2000 Exemplare, erscheint jedes Semester | **Redaktionsadresse**: aware – Magazin für Psychologie, c/o Fachverein Psychologie, Binzmühlestr. 14/29, 8050 Zürich | www.aware-magazin.ch, info@aware-magazin.ch

Gönner







Titelbild: Edvard Munch, Madonna 1893–94

Inhalt

Untreue: Die verlockende Verführung im Internet

Online fremdgehen – mit diesem Phänomen beschäftigte sich Sabrina Brüstle in ihrer Masterarbeit. Hier bietet sie einen aktuellen Forschungsüberblick zur Thematik, verweist auf die hohen Prävalenzraten von Untreue im Internet und nennt begünstigende sowie assoziierte Faktoren. Die Forschung zeigt: Es hüte sich, wer virtuell verführerisch lebt und damit gegen partnerschaftliche Regeln verstösst.

08

Meine geliebte Frau, meine grösste Rivalin

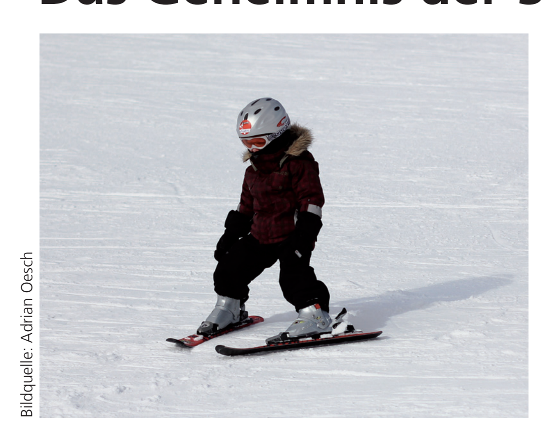
«Liebling, mein Paper wurde angenommen!», schreit sie, zu Hause ankommend, ihrem Freund zu. Der bringt jedoch kaum ein Lächeln über's Gesicht und klagt innerlich bitter über die Ungerechtigkeit der Welt! Er fragt sich auch, ob seine Freundin wohl mit den Redakteuren der Zeitschrift schläft oder ob sich die ganze Welt gegen ihn verschworen hat. Schliesslich werden seine Papers öfters abgelehnt. Zerfressender Neid stellt eine Partnerschaft auf die Probe. Moritz Pohlmann beschreibt die Herausforderungen, die Neid zwischen Liebenden mit sich bringt, stellt theoretische Bezüge her und geht auf die Psychodynamik des Neides ein. Herausgearbeitet wird, dass Neid – wie jede andere Herausforderung auch – nicht nur Gefahren, sondern auch Chancen birgt.

21



Bildquelle: Laura Basso

Das Geheimnis der Stehaufmännchen



Bildquelle: Adrian Oesch

Oft genug befassen wir uns mit Negativität, Misere und Krankheit. Dabei vergessen wir schnell, dass es Menschen gibt, die sich von klein auf antrainiert haben, auch in düstersten Lebensumständen Hoffnung zu hegen und sich nach ihr zu richten. Antje Stahnke führt in das Thema *Resilienz* ein und verknüpft theoretisches Wissen und empirische Erkenntnisse mit der Lebensgeschichte einer jungen Frau, die den Namen Stehauffrauchen mehr als verdient hat.

28

Körperhaltung beeinflusst Denken

Von Thekla Schulze

Warum «darüber schlafen» nicht immer eine gute Idee ist
«Schlaf erst einmal darüber, morgen sieht die Welt schon ganz anders aus.» Dieser Rat ist zumindest bei schlimmeren Erlebnissen eher kontraproduktiv. Denn entgegen bisheriger Vermutungen fanden amerikanische Wissenschaftler heraus, dass sich traumatische Erlebnisse deutlich stärker im Gedächtnis verankern, wenn man danach schläft, als wenn man wach bleibt. Nach den Forschungsergebnissen von Bengi Baran, Rebecca Spencer und ihrem Team der University of Massachusetts in Amherst werden Gefühle, die ein Mensch bei negativen Erlebnissen hat, stärker an seine Erinnerungen geknüpft, wenn er kurz darauf ins Bett geht. 68 Frauen und 38 Männern wurden Bilder mit verschiedenen Situationen vorgelegt und sollten nach ihrem emotionalen Wert geratet werden. Nach zwölf Stunden bekamen sie die Bilder zum Teil noch einmal zu sehen, gemischt mit neuen Motiven. Die Teilnehmenden sollten danach angeben, ob sie die Bilder bereits kannten, und sie erneut bewerten. 34 Personen bekamen die Bilder morgens und wiederholt abends gezeigt. Im Schnitt bewerteten sie diese positiver als beim ersten Betrachten. Die anderen 82 Teilnehmenden sahen die Bilder abends und am nächsten Morgen. Sie empfanden die Bilder durchschnittlich genauso negativ wie beim ersten Betrachten. Das Forschungsteam schliesst daraus, dass der Schlaf die emotionale Intensität konserviert und dies vor allem auch bei posttraumatischen Belastungsstörungen eine grosse Rolle spielen könnte.

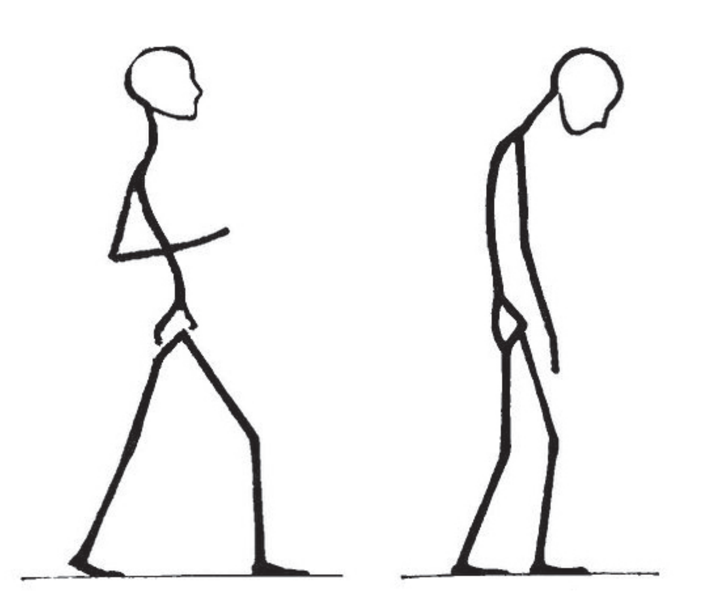
Quelle: www.wissenschaft.de

Gute Absichten zeigen Wirkung
Gute Absichten bleiben nach Kurt Gray und Kollegen nicht ohne Folgen. Sie können die subjektive Wahrnehmung des Empfängers verändern, sei es, um Schmerzen zu lindern oder den Geschmack einer Speise zu verbessern. In einem Experiment erhielten Teilnehmende leichte Elektroschocks, während sie die Hand des Partners hielten. Ein Drittel dachte, dass diese nichts davon wüssten, einem weiteren Drittel wurde mitgeteilt, dass sie Stromstösse erhalten, jedoch ohne weitere Erläuterungen, und dem letzten Drittel wurden die Stromstösse ebenfalls erklärt, aber mit einem guten Grund. Bei der letzten Gruppe verursachten die Elektroschocks den geringsten Schmerz, wenn diese erkannten, welche gute Absicht sich dahinter verbarg.
In einer weiteren Studie wurde untersucht, ob sich eine gute Absicht auch auf den Geschmack auswirken kann. Dabei erhielten die Teilnehmenden Süssigkeiten. Bei einer Hälfte wurde eine kleine Nachricht hinzugefügt: «Die habe ich extra für dich ausgesucht. Ich hoffe, sie machen dich glücklich!» Die andere Gruppe bekam lediglich eine neutrale Botschaft. Auch hier zeigte sich, dass die Süssigkeiten den Teilnehmenden mit der positiven Botschaft besser schmeckten als den anderen.

Quelle: science.orf.at

Körperhaltung beeinflusst Denken
Etwas mehr nach links, etwas mehr nach rechts: Menschen in körperlicher Schieflage sehen die Welt mit etwas anderen Augen. In einer niederländischen Studie wurden Teilnehmende unbewusst aus der aufrechten Haltung nach links gekippt. Dabei schätzten sie den Eiffelturm kleiner ein als bei einer leichten Schieflage nach rechts. Nach Eerland und Kollegen von der Erasmus-Universität Rotterdam könnte dies an unserem mentalen Zahlenstrahl liegen. Laut diesem Konzept sortieren Menschen kleinere Zahlen vor ihrem geistigen Auge eher links ein und grössere Zahlen eher rechts. Insgesamt nahmen 91 Studierende an diesem Experiment teil, wobei sie auf einer Druckmessplatte standen. Das Gerät wurde jedoch so manipuliert, dass die Teilnehmenden, um ihre Balance zu halten, unwissentlich eines ihrer Beine zwei Prozent stärker belasten mussten als das andere. Daraufhin beantworteten sie eine Reihe von Schätzfragen wie z. B. die Höhe des Eiffelturms. Insgesamt nannten die Studierenden bei einer Schieflage nach links kleinere Schätzwerte als bei aufrechter Stellung und bei einer Schieflage nach rechts.

Quelle: www.scienceticker.info



Bildquelle: Popular Science Monthly Volume 42

Macht macht (subjektiv) grösser
Goncalo und Duguid haben in einer Reihe von Studien bewiesen, dass sich mächtigere Menschen auch körperlich grösser fühlen. In unterschiedlichen Situationen wurden Teilnehmende in eine gewisse Position gebracht, in der sie sich entweder selbst einer anderen Person bemächtigen konnten oder in der von einer anderen Person Macht auf sie ausgeübt wurde. Dabei sollten sie jeweils ihre Körpergrösse im Verhältnis zu einem Mast einschätzen, der immer 50 cm grösser war als er/sie selbst. Während sich die Mächtigen überschätzten, machten sich die Machtlosen stets viel kleiner, als sie sind.

Quelle: science.orf.at

Untreue: Die verlockende Verführung im Internet

Die Beliebtheit der virtuellen Welt steigt – und mit ihr das Phänomen der Untreue im Internet. Was versteht man darunter? Wer geht fremd und warum?

Von Sabrina Brüstle

In unserer heutigen Gesellschaft stellt das Internet ein allgegenwärtiges Medium dar. Laptops und die neuste Handytechnik ermöglichen uns, nicht nur zu Hause, sondern auch unterwegs stets online zu sein. Rund 80 Prozent der Schweizerinnen und Schweizer besitzen einen Zugang zum Internet, und es werden immer mehr. In den letzten elf Jahren nahm die Zahl der Internetnutzenden weltweit um 480 Prozent zu (Internet World Stats, 2011). Diese vermehrte Nutzung des Internets sowie die ständig wachsende Anzahl an Chaträumen und sozialen Netzwerken begünstigen untreue Verhaltensweisen (Henline, Lamke & Howard, 2007). Das Internet wird von vielen Menschen als effektives, sicheres Medium zur Interaktion und Vergrösserung des eigenen Bekanntenkreises angesehen (McCown, Fischer, Page & Homant, 2001). Freundschaften und Beziehungen werden immer häufiger via Internet aufgebaut (Hertlein & Pierdy, 2006; Mileham, 2007). «Das Leben ist kurz. Gönn‘ Dir eine Affäre.» Getreu diesem Werbeslogan auf www.ashleymadison.com suchen nicht nur Alleinstehende online nach einem Partner, sondern auch viele Verheiratete beginnen im Internet eine Affäre (Mileham, 2007). Allein auf der Webseite von Ashely Madison sind bereits über 14 Millionen Menschen registriert – und es werden ständig mehr. Die Vermittlung einer Aussenbeziehung via Internet scheint somit ein aktueller Trend zu sein.

Definition «Online-Untreue»
Online-Untreue bezieht sich auf Verhaltensweisen, die via Internet initiiert werden. Ein Verhalten wird dann als Online-Untreue definiert, wenn es a) vor dem Partner geheim gehalten wird oder b) der Partner über das Verhalten informiert wird, dieser aber nicht damit einverstanden ist und das Verhalten somit gegen die dyadischen Normen verstösst. Diese können eine emotionale und/oder sexuelle Komponente beinhalten (Brüstle, 2011).

Prävalenz von Untreue im Internet

In unserer westlichen Kultur gilt Treue in Paarbeziehungen als wichtiger Wert. Emotionale und sexuelle Exklusivität des Partners werden dabei von den meisten Menschen erwartet (Allen, Atkins, Baucom, Snyder, Gordon & Glass, 2005; Buss & Shackelford, 1997). Umso erstaunlicher erscheinen daher die hohen Prävalenzraten von untreuem Verhalten im Internet. In einer Studie von Maheu (2001; zitiert nach Henline et al., 2007) gaben 72 Prozent der Teilnehmenden an, dass sie jemanden kennen, der eine Cyberaffäre führt. In einer Studie von Aviram und Amichai-Hamburger (2005) gaben 39 Prozent der Teilnehmenden an, sich in ihrer Vergangenheit auf eine Onlinebeziehung eingelassen zu haben. 21 Prozent gaben zusätzlich an, diese Aussenbeziehung aktuell aufrechtzuerhalten. Was bringt Menschen dazu, den Vorsatz von «Treue und Exklusivität» über Bord zu werfen und sich auf ein Abenteuer im Internet einzulassen?

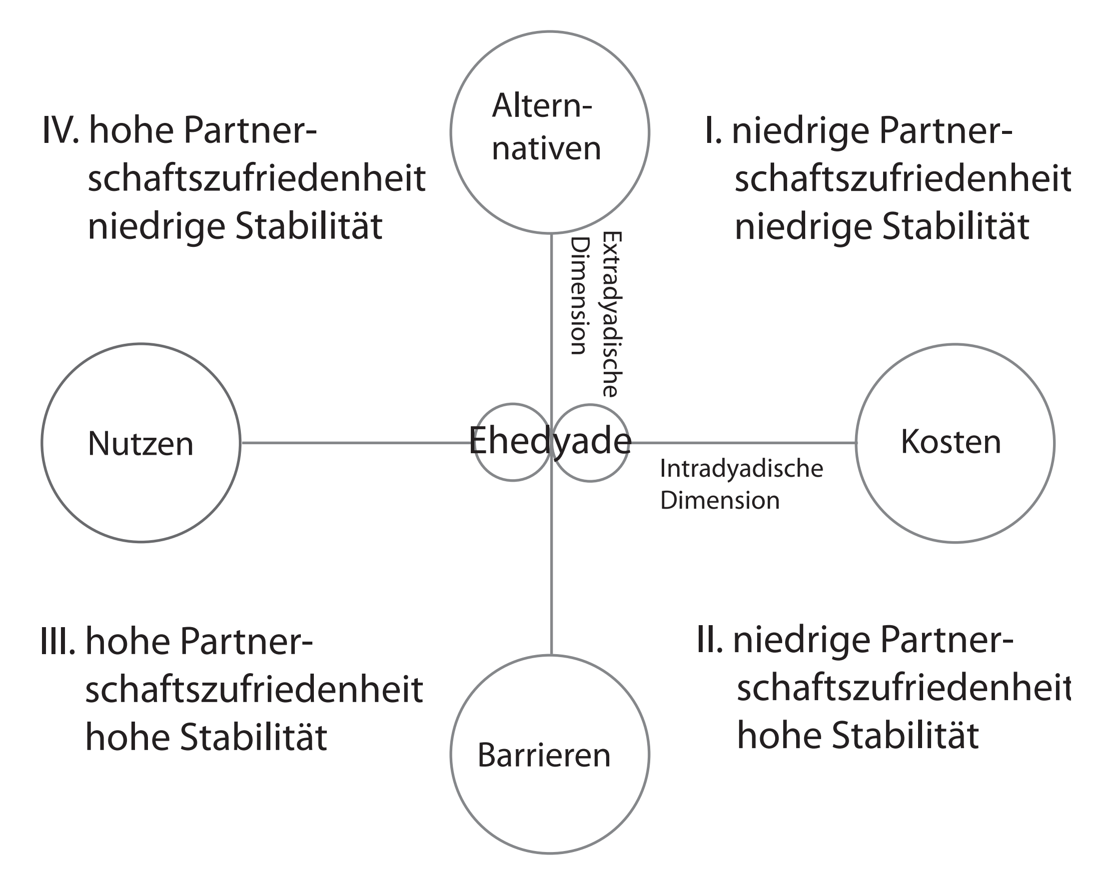
Begünstigende Faktoren

Das Internet bietet einige Vorzüge, welche untreue Verhaltensweisen begünstigen. Nach Cooper (2002) sind dies ein leichter Zugang, Erschwinglichkeit und Anonymität. Dank Internet haben Menschen die Möglichkeit, sich 24 Stunden am Tag mit anderen Individuen auch über grosse räumliche Distanzen hinweg auszutauschen. Flatrates sowie immer preiswertere Technologien lassen das Internet zu einer günstigen Alternative werden, soziale Kontakte zu pflegen. Musste man früher noch stundenlang im Auto oder Flugzeug sitzen, um Freunde und Bekannte aus anderen Ländern zu sehen, so kann man dies heute mit nur wenigen Mausklicks und einer Webcam bequem von daheim aus erledigen. Beim Suchen neuer Bekanntschaften bietet die Anonymität im Internet den Vorteil, dass man seine Identität verbergen kann. Im wahren Leben eher zurückhaltende, schüchterne Individuen können so zum Don Juan des Internets mutieren. Menschen, die sich als wenig attraktiv einstufen, können das Profilbild einer unbekannten Schönheit verwenden oder ihr Äusseres mit Bildbearbeitungsprogrammen aufpolieren, um so online schneller Kontakte zu knüpfen.

Bei Aussenbeziehungen, die via Internet eingegangen und gepflegt werden, besteht ein geringes Risiko, dass sie vom primären Partner entdeckt werden. In Sekundenschnelle kann die Liebschaft per Mausklick «an- und abgeschaltet» und so verheimlicht werden. «Never before has it been so easy to enjoy both the stability of marriage and the thrills of the dating scene at the same time» (Mileham, 2007, S. 12). Doch wer lässt sich auf ein solches Abenteuer im Internet ein? Was zeichnet jene Menschen aus, die im virtuellen Raum untreue Verhaltensweisen zeigen?

Assoziierte Faktoren

Forschende gehen davon aus, dass es mehrere Faktoren gibt, die mit untreuem Verhalten assoziiert sind. Eine geringe partnerschaftliche oder sexuelle Zufriedenheit spielen dabei eine grosse Rolle (Plack, Kröger, Allen, Baucom & Hahlweg, 2010). Ein Internetforums-Nutzer formuliert dies folgendermassen: «Bisher bin ich meiner jetzigen Lebensgefährtin zwei Mal fremdgegangen. Grund dafür war zum einen jeweils die Gelegenheit an sich und zum anderen, dass wir in der Zeit öfter mal Streitigkeiten hatten und ich mich unfair behandelt fühlte. Das war quasi eine Form der Rache für mich, die ich ihr aber bisher nie gebeichtet habe» (Forums-Nutzer, 30.01.2011). Untreue als Form der Rache. Wie kommt es dazu? Das austauschtheoretische Scheidungsmodell von Lewis und Spanier (1979) liefert eine mögliche Erklärung. In diesem Modell werden zwei Dimensionen einer Beziehung genauer betrachtet: die extra- und die intradyadische Dimension. Die intradyadische Dimension stellt das Verhältnis von Kosten und Nutzen in einer Beziehung dar. Nach Auffassung



Das austauschtheoretische Scheidungsmodell von Lewis und Spanier (1979). Aus: Bodenmann (2004), S. 29.

der Forscher wägen Paare ab, welchen Nutzen ihnen die Beziehung auf der einen Seite bringt (Liebe, Nähe, Zuneigung etc.) und welche Kosten sie auf der anderen Seite investieren müssen (Zeit, Auseinandersetzungen, Streitigkeiten usw.). Überwiegen die Kosten den Nutzen in einer Beziehung, sinkt die Partnerschaftszufriedenheit. Nun kommt die extradyadische Dimension ins Spiel. Sie stellt das Verhältnis von vorhandenen Alternativen und Barrieren dar. Paare wägen ab, welche Barrieren eine Trennung bzw. in unserem Fall untreues Verhalten erschweren (z. B. Religiosität) und ob Alternativen zur aktuellen Beziehung (potenzielle neue Partner oder Flirtbekanntschaften) bestehen. Sind wenige Barrieren vorhanden und Alternativen zur primären Beziehung verfügbar, sinkt die Beziehungsstabilität, und die Bereitschaft zu untreuen Verhaltensweisen, die bis hin zur Trennung führen können, steigt.

Auch die wahrgenommene Verhaltenskontrolle gehört zu den Faktoren, welche mit Untreue assoziiert sind. Nach dem Modell des geplanten Verhaltens von Ajzen (1991) erhöht die wahrgenommene Verhaltenskontrolle – die subjektive Einschätzung einer Person, Kontrolle über die Ausführung eines Verhaltens zu haben – die Absicht, dieses Verhalten zu zeigen, und auch das tatsächliche Ausführen dieses Verhaltens. Je mehr Personen also davon ausgehen, dass sie ungestört im Internet surfen und ihre Aktivitäten vor ihrem primären Partner geheim halten können und je sicherer sie sich sind, im Internet ein Gegenüber für untreue Aktivitäten zu finden, desto häufiger zeigen sie untreue Verhaltensweisen.

Konsequenzen

Man könnte davon ausgehen, dass untreue Verhaltensweisen im Internet wie Chatten über emotionale/sexuelle Themen oder Pornografiekonsum aufgrund ihres virtuellen Charakters wenige Auswirkungen auf primäre Beziehungen haben. Doch aktuelle Studien beweisen das Gegenteil. Das Bekanntwerden einer Online-Beziehung führt auf Seiten des betrogenen Partners zu Gefühlen der Verletzung und Verärgerung (Whitty, 2005). Auch Erniedrigung, Kränkung, Scham, Einsamkeit, Eifersucht und Ärger sind Emotionen, welche von Betroffenen genannt werden (Schneider, 2000). Die primäre Beziehung leidet unter der Aussenbeziehung – auch dann, wenn diese nur im Internet ausgelebt wird. Weniger gemeinsame Zeit, geringere partnerschaftliche Intimität und sinkendes sexuelles Interesse sind Konsequenzen, die sich aus dem untreuen Verhalten eines Partners ergeben. Das partnerschaftliche Commitment nimmt ab. 22.3 Prozent der Paare trennen sich infolge untreuer Verhaltensweisen im Internet; weitere Paare erwägen eine Trennung.

Fazit

Es gibt mehrere Faktoren im Internet, welche Untreue begünstigen, vor allem dann, wenn Paare mit ihrer Beziehung unzufrieden sind. Trotz negativer Konsequenzen können viele Menschen der verlockenden Verführung im Internet nicht widerstehen.

Der deutsche Dichter Johann Gottfried Seume schrieb einst: «Betrügen und betrogen werden, nichts ist gewöhnlicher auf Erden.» Wir alle können selbst entscheiden, ob er mit diesem Sprichwort Recht behalten soll. ■

Zum Weiterlesen

Bodenmann, G. (2005). *Beziehungskrisen: erkennen, verstehen und bewältigen*. Bern: Huber.

Clement, U. (2010). *Wenn Liebe fremdgeht: Vom richtigen Umgang mit Affären*. Berlin: Ullstein.

Plack, K., Kröger, C., Allen, E. S., Baucom, D. H. & Hahlweg, K. (2010). Risikofaktoren für Untreue – warum Partner fremdgehen. *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie, 39,* 189–199.

Ich, wir oder man?

Dos und Don'ts beim wissenschaftlichen Schreiben

Wissenschaftliche Texte müssen Informationen liefern, und zwar schnell. Unklarheiten haben keinen Platz. Sich beim Schreiben an der Leserschaft zu orientieren, ist daher die Grundregel.

Von Simone Eberhart

Die American Psychological Association (APA) bezeichnet in ihrem «Publication Manual» (sechste Auflage) klare Kommunikation als wichtigstes Kriterium für wissenschaftliches Schreiben. Was macht einen Text aber verständlich? Eigentlich einfach: Ein klarer Aufbau, ein roter Faden, prägnante Sätze und aussagekräftige Wörter. Auf ein paar heiss diskutierte Problempunkte sei aber dennoch genauer eingegangen.

Immer Präsens?

Während im Internet primär das Gebot «Niemals Vergangenheit!» kursiert, gibt die APA ganz klar eine andere Empfehlung ab: Diskutiert man Ergebnisse anderer Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler, so ist die Vergangenheitsform zu wählen. Ansonsten muss sich der Schreiber oder die Schreiberin allerdings selbst eine Strategie zurechtlegen. Wirklich entscheidend dabei ist, dass die Zeitformen konsequent verwendet werden.

Emanzipations-I

Beinhaltet *die Leser* auch die weiblichen Lesenden? Linguisten beantworten diese Frage anders als Politikerinnen und Politiker. Will man aber leserorientiert schreiben, bedeutet das auch, die Wünsche der Angesprochenen zu respektieren – und dementsprechend beide Formen zu nennen. Der Verständlichkeit steht dies aber leider sehr zuwider. Mit Pronomen zu arbeiten, ist eine Lösung. Synonyme oder zusammenfassende Substantive wie etwa *Leserschaft* oder *Lehrpersonen* zu verwenden, eine andere. Diese Gratwanderung zwischen Präzision und Einfachheit erfordert also vor allem eins: viel Kreativität. Neben der Doppelnennung (*Patientin und Patient*) sind übrigens auch eine Kombination mit Schrägstrich (*Patient/-in*) oder eine Klammerlösung möglich (*Patient(in)*). Aber aufgepasst: **Patienten/-innen* ist nicht korrekt, da sich, wie es Duden beschreibt, in der ausgetauschten Endung «der Vokal ändert». «Darüber hinaus soll sich ein grammatisch korrektes und leicht lesbares Wort ergeben, wenn der Schrägstrich weggelassen wird.» Die Schreibung mit dem «Binnen-I» bzw. «Emanzipations-I», wie etwa in **AnfängerInnen*, verletzt die amtlichen Regeln genauso.

Zum Ich-Tabu

Vom Menschen unabhängig Wissen in den Raum zu stellen, klingt zwar seriös-objektiv, faktisch sind aber die Ideen, die Vernetzung des Wissens und die Schlüsse aus den Ergebnissen sehr wohl an den Urheber oder die Urheberin gebunden – sonst müsste man nicht so viel Aufhebens um geistiges Eigentum machen. Die APA sagt daher: «*I* or *we* is perfectly acceptable in APA Style!» Mit ich und wir umgeht man aber nicht nur diese Pseudoobjektivität, sondern unter Umständen auch konkrete Missverständnisse: «Meier und Müller (2012) konnten zeigen, dass subjektive Müdigkeit nicht mit Sauerstoffgehalt in der Luft korreliert. Die Autoren replizierten dieses Ergebnis.» Sind mit «Die Autoren» nun Meier und Müller oder die Verfasser der Sätze gemeint? Ein *wir* wäre hier klarer.

Alternative Passiv

Im Namen der Objektivität werden oft folgende Optionen gewählt: die Passivform und die Formulierung mit *man*. Beides unterschlägt, wer genau die Handlung ausführt, und ist somit unpräzise. Probleme bereitet dies jedoch nur, wenn die Inhalte missdeutet werden können: In einem Satz wie «Es wird angenommen, dass …» ist unklar, ob als Akteur die Autoren, die Gesellschaft oder die Wissenschaft gemeint ist. Genauso kann aber eine Formulierung mit *wir* verwirren: «Wir kategorisieren depressive Störungen…» Die APA empfiehlt deswegen eine ganz gezielte Anwendung von *wir*, nämlich dann, wenn die Verfasserinnen und Verfasser des Textes gemeint sind. Ansonsten sollte die Gruppe benannt oder zumindest das *wir* expliziert werden: «Psychologinnen und Psychologen kategorisieren depressive Störungen…» oder «Als Psychologen kategorisieren wir depressive Störungen…».

> *«*I *or* we *is perfectly acceptable in APA Style!» – APA*

Kurz gesagt: *Ich* und *wir* sind erwünscht – insbesondere wenn sie Mehrdeutigkeit reduzieren –, müssen aber erläutert werden, falls neue Unklarheiten aufkommen. Auf Biegen und Brechen aktiv zu formulieren, ist jedoch auch nicht nötig, gerade dann nicht, wenn ein neuer Konflikt lauert – etwa mit dem geschlechtergerechten Formulieren («Es wurde untersucht…» ist trotz allem verständlicher als «Die Versuchsleiterinnen und Versuchsleiter untersuchten…»). Also: Es gibt kein Richtig oder Falsch. Der Schreiber oder die Schreiberin muss nach eigenem Gutdünken zwischen Genauigkeit und Lesbarkeit abwägen. Denn der Leser ist König – und die Leserin Königin.

Alle beschriebenen Empfehlungen sind mit den Richtlinien der APA vereinbar.

Dies ist eine Serie. In jeder Ausgabe wird eine andere Facette des wissenschaftlichen Schreibens beleuchtet. Letztes Mal: Überarbeiten erlaubt! Nächstes Mal: Digital Object Identifier (DOI) und andere elektronische Neuheiten.

«Wir haben den Zugang zur Blackbox geknackt»

Abschiedsinterview mit Herrn Prof. Dr. Friedrich Wilkening

Professor Wilkening, Inhaber des Lehrstuhls für Allgemeine und Entwicklungspsychologie, begrüsst mich mit ganz kalten Händen. Draussen schneit es, und ob ihr es glaubt oder nicht, er war in dieser Eiseskälte rudern, und zwar ohne Handschuhe. Das nenne ich echte Leidenschaft. Wüsste ich es nicht besser, ich würde nicht darauf kommen, dass dieser aktive Mann vor mir bereits dieses Jahr emeritiert. Mit 32 Jahren ist er Professor geworden. Exakt sein halbes Leben und 65 Semester lang übte er diesen Beruf aus.

Von Fabienne Meier



Fabienne Meier: Herr Wilkening, wie blicken Sie auf die vergangenen 40 Jahre zurück?
Prof. Dr. Wilkening: Es hat sich viel verändert. Jetzt fühle ich mich in der Rolle des alten Mannes. Es gab früher z. B. keine Textverarbeitung, kein Word. Ich musste meine Manuskripte mit einer Schreibmaschine selbst tippen. Und wenn dann ein Satz nicht passte, dann musste man das Ganze nochmals von vorne abtippen ohne Korrekturmöglichkeiten. Es gab auch kein SPSS. Ich habe mit einem kleinen Programm auf dem Taschenrechner selber individuelle Varianzanalysen für jedes Kind gerechnet.
Früher hätte ich gesagt, wir brauchen so etwas wie Bologna. Aber leider ist damit verloren gegangen, was früher die Universität ausgemacht hat: die Freiheit. Die grösser werdende Einengung würde ich als eine der grössten Veränderungen seit 1979 betrachten. Ich habe die Umwälzungen 1968 als Student miterlebt. Wir haben gegen das alte Ordinariensystem protestiert, also gegen die Leute, wie ich es jetzt bin. Ich habe drei Jahrzehnte ohne Rituale erlebt. Und jetzt geht es zurück zum Konservativen und Reglementierten.

Wo sehen Sie die positiven Veränderungen der letzten 40 Jahre?
Die Vorlesungen sind besser geworden. Sie müssen sich vorstellen, wir hatten Psychologie-Vorlesungen ohne jegliche Visualisierung. Der Professor stand da und las aus seinem Buch vor, ohne dass man irgendwo Zugang zum Text gehabt hätte. Oft wussten wir gar nicht, wie die Fremdwörter zu schreiben sind.

Sie waren ja an sehr vielen Stationen in Deutschland und auch in den USA. Am längsten sind Sie aber an der UZH geblieben. Was ist so besonders an Zürich?
Das ganz Besondere hier am Psychologischen Institut ist die grosse Harmonie. Das habe ich sonst nirgendswo in der Art erlebt. Auch die Stadt ist wohl die schönste, in der ich war. Es gibt aber auch viele interessante andere Orte. San Diego hat mich zum Beispiel sehr geprägt mit dem amerikanischen Optimismus und Forschergeist. Das sage ich als Motivation, um die Schweizerinnen und Schweizer zu bewegen, auch mal was anderes kennenzulernen. Das ist der grosse Nachteil von Zürich, dass niemand hier weg will.

Welche Frage hat Sie inhaltlich am meisten beschäftigt in Ihrem Leben?
In meiner Doktorarbeit behandelte ich die Relativität der Wahrnehmung. Später bin ich dann in die Entwicklungspsychologie gerutscht. Aber für Entwicklungspsychologen und Entwicklungspsychologinnen war ich kein richtiger Entwicklungspsychologe und für die Allgemeine Psychologie war ich kein Allgemeiner Psychologe. Ich stand so zwischen diesen beiden Gefällen, und das war sehr fruchtbar.
Durch Zufall habe ich dann etwas herausgefunden, von dem ich gar nicht wusste, wie sensationell es war. Mich hat interessiert, wie wir verschiedene Einzeleindrücke zu einem Gesamteindruck verbinden. Unsere Entscheidungen basieren ja immer auf mehreren Informationen. Bei meiner Re-Lektüre fiel mir auf, dass Kinder nach Piaget immer nur eine Information verarbeiten können. Ich habe dann aber herausgefunden, dass sie sehr wohl schon weit unter sieben Jahren mehrere Informationen verarbeiten können. Und diese Verknüpfung findet nach ganz systematischen Regeln statt, als würden sie addieren oder multiplizieren. Dann kam die Entdeckung, dass das noch viel mehr bedeuten könnte. Wenn wir akzeptieren, dass Kinder die Informationsintegration nach einfachen algebraischen Regeln vornehmen und das auf einer Skala wiedergeben können, dann haben wir auf einmal die Möglichkeit, die Jahrhundert-Frage der Psychologie zu beantworten. Nämlich: Wie kommt das Aussen ins Innen? Damit ist die Blackbox geknackt.

Sie emeritieren noch dieses Jahr. Wie geht es für Sie weiter?
Erst einmal muss ich aufräumen. Dann bin ich in zwei oder drei Jahren vielleicht in der Lage, alles in ein Buch zu packen. Aber zuerst will ich das ein bisschen sacken lassen und bei Wanderungen noch einmal darüber nachdenken. Ich bin jetzt auch Grossvater geworden.
Ausserdem rudere ich schon seit fünfzig Jahren. Es ist schon auch hart, frühmorgens aufzustehen und bei Temperaturen um den Nullpunkt auf dem Zürichsee zu rudern. Für mich ist es ein Mittelding zwischen Lustgewinn und Masochismus. Das Rudern beschert mir Flow-Erlebnisse und bringt mir die Erinnerungen an die Jugend zurück.

Was würden Sie der neuen Generation von Psychologiestudierenden gerne mitgeben?
Erst einmal eine Offenheit für das Fach. Ich war einige Jahre lang Editor einer ganz allgemeinen Zeitschrift, und jetzt bin ich beim Nationalfonds einer von zwei Forschungsräten für die Psychologie. Darum kann ich aus Erfahrung sagen, dass auf den zweiten Blick alles interessant ist. Das wäre meine Botschaft. Und man sollte nicht von Anfang an eine Professorenlaufbahn ausschliessen. Das ist ein spannender Beruf. Ich bin froh, dass ich das geworden bin. Diese Motivation muss bei den Schweizerinnen und Schweizern intensiviert werden. Sie haben ja an der Universität Zürich den Vorteil, dass sie hier an einem Spitzeninstitut im internationalen Feld sind, wahrscheinlich sogar am besten Psychologischen Institut im deutschsprachigen Raum.

Die Kunst des Verführens

Wie wir sie uns aneignen, weshalb und wie wir sie anwenden und wozu sie gut sein könnte – ein Streifzug durch die Verführungskunst.

Von Dragica Stojković und Melanie Contró Prado

So, jetzt gehen wir noch in die Stadt, Mami und ihr süsser Fratz, wo wir es uns gut gehen lassen. Mami wird sich diese Tasche kaufen, die sie schon so lange will, und dir, Liebling, wird sie ein neues Käppchen kaufen, und deinen Lieblingssaft wird Mami auch mitnehmen, so dass wir uns nachher an den See setzen und die Sonne geniessen können. Ja, so machen wir das, nicht wahr? Aber Papi sagen wir nichts, gell! Papi will nämlich nicht, dass Mami sich schöne Taschen kauft.

Dies sind Worte, wie sie so manch eine Mutter an ihren Säugling richten könnte. Mit dieser niedlichen und sich harmlos gebenden Rede wird das Kind zum Komplizen gemacht: Es beteiligt sich nicht nur am eigentlich verbotenen Ausflug, sondern auch daran, diesen Ausflug nachher zu verschweigen. Bemerkenswert ist an dem fiktiven Beispiel, dass die Mutter das Kind zum Komplizen macht, bevor es überhaupt reden und plappern könnte, und dem Kind so Fähigkeiten unterstellt, die es noch gar nicht hat, ihm sozusagen Kredit gibt (vgl. Boothe, 2005). Dieser, so lässt sich vermuten, ist für die Entwicklung des Kindes von essenzieller Bedeutung. Solche Szenen mögen sich im Säuglings- und später im Kindesalter immer wieder ereignen, so dass das Kind nicht nur ein «Verführungsskript» erstellen kann, sondern qua Internalisierung dazu befähigt wird, sich und andere liebevoll zum genussvollen Mini- oder Maxivergehen zu verführen. Eine Kunst, die uns ein Leben lang bereichert.

Mit der Zeit elaborieren wir unsere Verführungsskripte und Verführungsfähigkeiten. Einerseits, indem wir unser Können erproben und durch Reaktionen unserer Umwelt konditioniert werden. Was in wünschenswerter Richtung wirkt, wird verstärkt und wiederverwendet. Erreichen wir Begehrtes nicht, verkümmern jene Verhaltensweisen, die wir für eigenes Versagen verantwortlich machen – Skinner (1953) und seine Box lassen grüssen. Andererseits steigern wir unser Verführungskönnen dadurch, dass wir Anderen beim Verführen zuschauen und uns das eine oder andere abschauen. Modelllernen würden wir dieses Phänomen in Banduras (1977) Sprache nennen. Die ganz Ausgeklügelten unter uns werden sich auch Ratgeber zu Gemüte führen und sich Tipps und Tricks von Leuten holen, die sich im Gebiet der Verführung zu Expertinnen und Experten ernannt haben – ist dies nicht eine Form von präventiver Psychoedukation gegen frustriertes Liebesleben? Wer aber die Verführungsmacht von Sprache am eigenen Leib bereits erfahren hat, wird wahrscheinlich keine Ratgeber konsultieren, sondern sich fiktiven Verführungsszenen hingeben, wie sie von Baudelaire, Goethe, Hawthorne, Tolstoi, Gertrud Kolmar und vielen weiteren erschaffen wurden. Rat lässt sich aber auch in der Lyrik finden, z. B. in Ovids Lehrgedicht *Ars amatoria*, das auf kunstvoll gestaltete und amüsante Art die Möglichkeit bietet, die eigenen Liebeskünste aufzupäppeln.

Selbstverführung: Die internalisierte Verführung

Gut, dass wir unsere Verführungskünste an uns selbst erproben und verbessern können! Selbstverführungen sind Zückerchen des Alltags, Fluchtorte inmitten bedrückender Terminlast, Rebellionsmöglichkeiten gegen Verpflichtungen und Strenge, ob fremde oder eigene. In Momenten, in denen man eigentlich der eigenen Versuchung widerstehen müsste, erscheint sie, diese innere Stimme – leise, aber dringlich – und flüstert uns zu, nur einmal solle man es wagen, Konsequenzen werde es sicher keine haben und, ach, wenn auch, gelohnt hätte es sich trotzdem! Dies mag sich vor einem unsagbar verlockenden Stück Torte ereignen, wenn das Abendessen bald anstünde, vor einem guten Buch, wenn dringendst die Uniarbeiten erledigt werden sollten, oder vor einer Zigarette, wenn man sich gerade vorgenommen hat, mit dem Rauchen aufzuhören. Endgültig. Die Torte hat aber noch nie so süss ausgesehen, nie zuvor klang der Titel eines Buches so vielversprechend, und wie fein die Zigarette zwischen den Fingern liegt, wäre es nicht schandhaft, sie nicht anzuzünden? Das Verbotene wird so zum verlockenden Genuss, dem man sich hingeben muss, ja, dem man sich sogar hingeben will. Der Versuchung zu widerstehen wäre geradezu dumm, denn zu gross wäre das Versäumnis. Und eigentlich sind wir ja sonst so brav, so diszipliniert – man soll sich doch von Zeit zu Zeit etwas gönnen! So wird auch die von Festinger (1957) beschriebene kognitive Dissonanz aus der Welt geschafft und die letzte Barriere auf dem Weg hin zum Verbotenen frei. Dies ist die Kunst der Verführung, denn sie fordert nicht nur die Bejahung der verbotenen Tat, sondern auch die leidenschaftliche Bejahung und Glorifizierung des gelegentlichen Vergehens. Eine Kunst, die – «richtig» eingesetzt – so manch einen Tag im Leben vergnüglicher gestalten und die Lebenslust und Lebensqualität steigern kann.

Die interpersonelle Verführungssituation

Menschen sind nicht nur verführbar und selbstverführerisch, sie wenden sich auch als Verführende in eigener Mission an ein Gegenüber. Wer verführt, versteht es, eine Vielzahl von Ausdrucksmöglichkeiten zu instrumentalisieren: Kleidung, Schmuck, Körperbewegungen, Körperduft, auch die eigene Sprache sollen Begehren wecken und dem Verführten eine bestimmte Fantasie schmackhaft machen, so dass er sich willentlich der Mission des Verführenden hingibt.

Vereinfacht kann die dyadische Verführungssituation als eine Interaktion zwischen zwei Akteuren beschrieben werden: Den aktiveren Part nennen wir den Verführer, den passiveren Part den Verführten. Die aktive Person ist bemüht darum, die passivere Person für ein eigenes Vorhaben zu gewinnen, sie im Dienste des eigenen Projekts zum Co-Akteur zu machen. Ausgeklügelte Verführerinnen und Verführer bringen ihr



Bildquelle: Barbara Antoinette Haegi

Gegenüber dazu, das Vorhaben zu bejahen, auch wenn zum Zeitpunkt der Einwilligung nur geahnt werden kann, worauf man sich einlässt, denn wer verführt, gibt sein Ziel nicht unkaschiert preis. Ein zwielichtiges Unternehmen, das nicht gefahrlos denkbar ist – verführt wird, der Wortherkunft nach, ab vom rechten Weg (lat. se-ducere: wegführen).

Es wäre aber zu kurz gegriffen, die Verführung auf ein Schema zu reduzieren, in dem eine Person eine andere für eigene Zwecke manipuliert und täuscht. Die Rollenaufteilung bezüglich des aktiven und passiven Verhaltens muss keineswegs stabil sein. Leicht ist vorstellbar, wie Interagierende sich in ihren Rollen als Verführende und Verführte abwechseln, ganz ähnlich wie in der Beanspruchung des Rederechts, wenn wir mit anderen kommunizieren. Dies mag einerseits der Fall sein, wenn der Verführende hinsichtlich seines Vorhabens Skrupel hat, unsicher und zögerlich ist und selbst erst noch überzeugt werden muss – oder wenn zwei Menschen aufeinandertreffen, die beide etwas im Schilde führen, mag es auch dasselbe sein. Besonders schwierig ist die eindeutige Zuschreibung der Handlungsinitiative dann, wenn sich Verführer als Verführte geben, dabei aber insgeheim spielerisch oder gar intrigant passiv verführen.

Verführt wird nicht ohne Voraussetzungen

Was zeichnet gekonnte Verführerinnen und Verführer aus psychologischer Perspektive aus? Im Folgenden werden einige vermutbare Voraussetzungen aufgezählt.

Um eine Verführung zu initiieren, darf es an Selbstbewusstsein nicht mangeln. Für eine besonders wirkungsvolle Verführung füge man das Vertrauen, mit dem eigenen Werben Erfolg zu verzeichnen, hinzu. Letzteres wird im Psychologiejargon Selbstwirksamkeit (Bandura, 1997) genannt. Des Weiteren muss der oder die Verführende sich zügeln und geduldig warten können, die Fähigkeit des Belohnungsaufschubs (vgl. Mischel, Shoda & Rodriguez, 1989) besitzen. Und weil Verführungen risikoträchtige Unternehmen sind, sollte die verführende Person zudem mit Mut und genügend Angsttoleranz ausgestattet sein. Eine weitere Voraussetzung lässt sich Brigitte Boothes Text in dieser Ausgabe (S. 37) entnehmen: soziale Intelligenz. Sozialer Intelligenz bedarf der oder die Verführende, um aufzuspüren, bei wem er wie mit seinem Werben erfolgreich sein und, basaler noch, welches Gegenüber verführbar ist und welches nicht. Auch die zu Verführenden müssen ge-

wisse Voraussetzungen erfüllen, wie z. B. Antizipationsvermögen und die Fähigkeit, Unsicherheit und Aufregung zu ertragen und zu geniessen. Ferner sollten sie über genügend Vertrauen verfügen, um sich der Lenkung einer anderen Person hingeben zu können.
In Sören Kierkegaards *Tagebuch des Verführers* wird eine weitere Voraussetzung benannt: Wer verführt, muss die «Macht des Wortes» besitzen, und sein oder ihr Interesse gilt nicht dem Ziel der Verführung, sondern dem Wie, der Methode des Verführens. Diese Voraussetzung bringt Kierkegaard zur Aussage, Don Juan sei kein richtiger Verführer, denn er mache von Sprachmacht keinen Gebrauch.

Auch wir wollen uns im Folgenden – wie Thekla Schulze (S. 20) – an de Laclos Briefroman *Gefährliche Liebschaften* orientieren, um einerseits die Frage, was Verführung auszeichnet, anhand eines Beispiels zu illustrieren und andererseits die Schrift als Medium der Verführung näher zu beleuchten.

Die Verführung in der Literatur des 18. Jahrhunderts: «Les Liasons dangereuses»
Gefährliche Liebschaften ist ein vierteiliger Roman in Briefform von Pierre Choderlos de Laclos. Der Briefroman war zu dieser Zeit eine der populärsten Formen literarischer Publikationen, man denke nur an *Die Leiden des jungen Werther* von Goethe. Im Vorwort von Briefromanen des 18. Jahrhunderts wird gewöhnlich darauf hingewiesen, dass es sich nicht um fiktive Briefe handle – man mag sie z. B. in einem alten Schrank im Landhaus gefunden, sorgfältig zusammengetragen und unter Abänderung der Namen der Öffentlichkeit zugänglich gemacht haben. Wir Lesenden lassen uns nur allzu gerne durch diese Floskeln verführen, möchten wir doch glauben, dass wir einen wahren Skandal lesen, der sich womöglich noch vor unseren Augen zugetragen haben könnte.

Das Einzigartige am Roman von de Laclos ist nicht die Briefform an sich, sondern die Anzahl


Bildquelle: Stefanie Umbricht

Akteure, die Briefe schreiben und erhalten: Fünf Hauptfiguren und einige Nebenfiguren tauschen untereinander Briefe aus. Valmont, die männliche Hauptfigur, geniesst seinen adligen Status im Paris vor der Revolution und lebt vom Vergnügen, eine Frau nach der anderen zu verführen. Allerdings langweilt er sich unterdessen, denn die Frauen machen es ihm zu einfach. Seine weibliche Gegenfigur, die Marquise de Merteuil, ist eine junge Witwe, die es versteht, der Öffentlichkeit ein falsches Bild von sich zu geben. Sie versteckt sich hinter dem Bild der ruhigen Witwe, die sich in der Gesellschaft zu benehmen weiss, wobei sie im Geheimen als Femme fatale die Männer manipuliert und verführt. Gemeinsam verfolgen die beiden zu Beginn befreundeten, am Ende aber verstrittenen Hauptfiguren zwei Ziele: Valmont möchte Madame de Tourvel verführen, eine verheiratete und sehr religiöse Frau, die nur Gott und ihrem

Mann ergeben ist und als Beispiel der Tugend gilt, während Merteuil sich an einem ehemaligen Geliebten rächen möchte. Dazu benötigt sie jedoch Valmonts Hilfe, der die zukünftige Frau des ehemaligen Geliebten noch vor der Hochzeit entjungfern und schwängern und ihr damit ein ganz besonderes Geschenk zur Hochzeit bescheren soll.

> *«Der Brief ist und bleibt ein unvergleichliches Mittel, auf ein junges Mädchen Eindruck zu machen; der tote Buchstabe wirkt oft stärker als das lebendige Wort.»*
> – Kierkegaard

Der Brief als Verführungsmittel

Dadurch, dass der Roman *Gefährliche Liebschaften* in Briefform geschrieben ist, finden wir zwei Arten der Verführung wieder: Einerseits gibt es die direkte Verführung, bei der die beiden Personen gegenwärtig sind und die Handlungen des Verführers sowie die Reaktionen des Verführten im Mittelpunkt stehen. Andererseits findet die Verführung durch das Medium der Schrift statt, wobei der oder die Schreibende verführt, während jene Person, die den Brief empfängt, dem Geschriebenen gegenüber eine ablehnende oder zustimmende Haltung einnehmen kann.

Im ersten Teil des Romans entbricht ein Streit zwischen Merteuil und Valmont über diese beiden Verführungsstrategien, wobei Merteuil die Meinung vertritt, dass Schreiben völlig zwecklos sei, da die zu verführende Person gar nicht anwesend ist und der oder die Verführende so nicht die Früchte seiner Arbeit ernten könne. Valmont hingegen ist der Ansicht, dass der Brief eine langsamere und dafür umso effektivere Verführungsmethode darstellt. Ausserdem stellt der Brief zusätzlich zu seiner Rolle als schriftlicher Dialog immer auch ein Objekt dar, das aufbewahrt oder zurückgegeben, ans Herz gedrückt oder zerrissen werden kann. Als solches verleitet er den Empfänger zur Handlung.

Als Valmont bemerkt, dass Madame de Tourvel seine Briefe gar nicht mehr liest, sondern ungeöffnet zurückschickt, lässt er ihr dauernd den gleichen Brief in einem neuen Umschlag zukommen und verleiht ihr so den Eindruck, dass er sich die Mühe macht, immer wieder von Neuem seine Gefühle zu Papier zu bringen.

Der Brief wird aber auch dann benutzt, wenn äusserste Vorsicht geboten ist und man sich zwar treffen kann, aber nur im Beisein anderer. Die Zeilen im Brief teilen mit, wann man sich heimlich treffen kann, wobei bereits die Übergabe des Briefes auf raffinierte Art und Weise geschieht. So findet eine Nebenfigur, die Harfenspielerin, die Briefe ihres Liebhabers im Instrumentenkoffer und legt ihre Antworten jeweils dorthin zurück.

Die Gefahr der Schriftlichkeit

Der Streit zwischen Valmont und Merteuil muss im historischen Kontext gelesen werden. Valmont ist ein Mann, Merteuil eine Frau. Valmont hat das Recht, ein Don Juan zu sein, wird insgeheim sogar dafür bewundert. Merteuil hingegen darf keine Femme fatale sein, denn im 18. Jahrhundert war es äusserst verpönt, wenn eine Frau Geliebte hatte. Also muss Merteuil immer auf der Hut sein und andere Verführungsstrategien anwenden als Valmont. Beispielsweise muss sie jeden ihrer Geliebten zum Stillschweigen bringen – dies vollbringt die Dame auf eine nicht ganz feine Art. Im Fall von Prévan z. B. macht sie ihm gegenüber eindeutige Avancen und lädt ihn ein, nachts nach einem Fest noch bei ihr zu bleiben. Nachdem Merteuil ihr Vergnügen hatte, schreit sie um Hilfe, als wäre sie soeben gegen ihren Willen von Prévan überfallen worden. So kann sie ihren guten Ruf bewahren. Merteuil ist also ständig auf der Hut, keinen Beweis über ihr Tun zu hinterlassen. Deshalb kann sie auch keine Briefe an ihre Liebhaber schicken, denn dies wäre eine zu grosse Gefahr.

Valmont hingegen kann den grossen Nutzen der Briefe ausschöpfen, denn der Schreibakt lässt Überlegungen und Entwürfe zu und eignet sich daher besser für ausgeklügelte Strategien als eine direkte Avance. Doch müssen Verführungsbriefe fein konstruiert sein, denn kleinste Lücken und Widersprüche führen zu Misstrauen beim Empfänger (Seylaz, 1998). Valmont schreibt seine Briefe immer auf zweideutige Art und Weise, um einerseits den direkten Empfänger anzusprechen und andererseits seine eventuellen Mitlesenden. Das wohl bekannteste Beispiel für diese Doppeldeutigkeit ist der Brief, den Valmont an Madame de Tourvel schreibt, während er noch mit der Prostituierten Emilie zusammen ist und deren Rücken als Schreibunterlage braucht. Jeder Satz, den Valmont schreibt, wird Madame de Tourvel als Ausdruck seiner Gefühle für sie verstehen. Die Lesenden hingegen, denen die Episode mit Emilie bekannt ist, verstehen den gesamten Brief um eine Bedeutungsebene reicher.

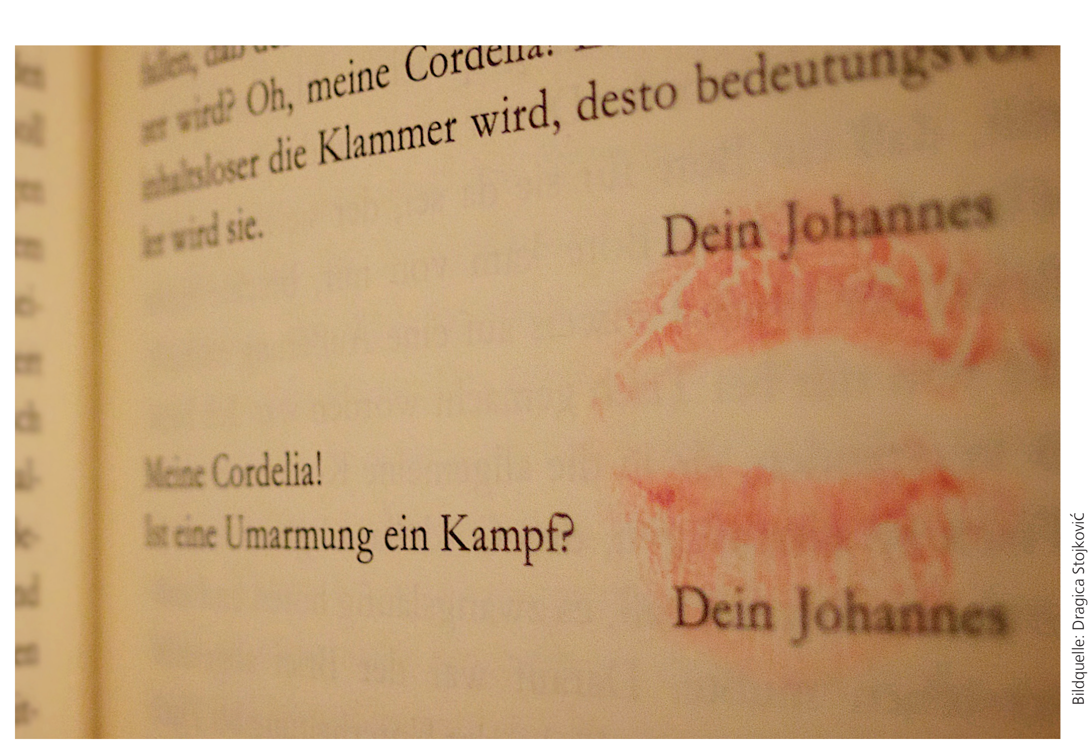
So gefährlich die Schriftlichkeit für Merteuil und schliesslich ebenfalls für Valmont sein mag, so wichtig ist sie für den Verführenden, dessen

Vom klassichen und modernen Don Juan

Es ist nicht erstaunlich, dass einer der wichtigsten Verführer zu Beginn der Neuzeit entstanden ist. Don Juan taucht erstmals im 16. Jahrhundert in einem Theaterstück des spanischen Mönchs und Autors Tirso de Molina auf. Es handelt sich bei Don Juan um eine fiktive Figur, erfunden, um den Zuschauerinnen und Zuschauern ein abschreckendes Beispiel dafür zu geben, was passieren kann, wenn man die Regeln der Kirche missachtet und stattdessen reihenweise Frauen verführt und Gott verspottet. Don Juan nimmt ein tragisches Ende und fährt im letzten Akt unter Getöse und vielen Spezialeffekten in die Hölle. Zahlreiche Autoren nahmen die Figur des Don Juans wieder auf und schrieben andere Versionen seiner Geschichte, so auch Max Frisch. Sein Don Juan ist ein wissbegieriger Intellektueller und Frauenheld wider Willen, dessen Hölle am Schluss des Stücks darin besteht, auf ewig mit derselben Frau zusammenzuleben und Vater zu werden.

Grösse grundsätzlich davon lebt, dass über seine Eroberungen und Verführungskünste berichtet wird. Soll sein Ruf ihm vorauseilen, müssen seine Taten zu anderen als nur den Verführten gelangen, indem z. B. die Verführungskünste in einem Brief rapportiert werden oder man am nächsten Tag in der Oper ausgiebig darüber spricht (Goldzink, 2001). Valmont lebt vom Kommentar über sein Verführungsgenie, bis er schliesslich daran untergeht. Als sich die Handlung verstrickt und eine Intrige um die andere nach sich zieht, steht Valmont vor den Trümmern seines Tuns: Madame de Tourvel hat sich ihm ergeben, aber sie geht auf Valmonts Verrat hin, der sie verlässt, weil Merteuil ihm vorwirft, von der tugendhaften Dame abhängig geworden zu sein, voller Scham und Trauer in ein Kloster. Valmont muss erkennen, dass er nur das Opfer einer Intrige von Merteuil war und schliesslich mit der Abreise von Madame de Tourvel die einzige Frau verliert, die er je geliebt hat. Valmont hinterlässt Madame de Tourvel alle Briefe, die er von Merteuil erhalten und in denen sie ihm ausführlich ihr Tun beschrieben hat. So gibt er ihr die Macht über die Femme fatale. Kurz darauf stirbt Valmont in einem von Merteuil provozierten Duell. Für Merteuil trifft nun die Situation ein, vor der sie sich immer bewahren wollte: Sie wird öffentlich blossgestellt und muss das Land verlassen. Als sie auch noch an Pocken erkrankt und im ganzen Gesicht entstellt wird, verliert sie nicht nur ihren Reiz, sondern auch ihr Gesicht vor der Welt.

Die Schriftlichkeit birgt also eine Gefahr, jedoch auch eine Verlockung, denn was in den Briefen zwischen Valmont und Merteuil steht, ist für die Gesellschaft äusserst interessant zu lesen. Auf die gleiche Weise ist der Roman von de Laclos einerseits schockierend für die Gesellschaft dieser Zeit und entging nur knapp der Zensur. Andererseits reissen sich die Leserinnen und Leser geradezu um das Buch und es wurde innert kürzester Zeit zu einem Beststeller. Man erzählt sich, dass sogar die Königin, Marie Antoinette, ein Exemplar davon besass, jedoch mit einem anderen, unverfänglichen Umschlag, so dass von aussen nicht jeder sehen konnte, mit welcher Lektüre sie sich die Zeit vertrieb.



Bildquelle: Dragica Stojković

Fassen wir zusammen: Die beiden Hauptverführenden, Valmont und Merteuil, zeichnen sich durch Doppeldeutigkeit aus, die sich in Merteuils Fall in ihrem Doppelleben als gesellschaftlich angesehene Witwe und versteckte Femme fatale zeigt, während sich in Valmonts Fall die Doppeldeutigkeit in seinem Schreiben entfaltet. Beide sind bereitwillig intrigant, schamlos und gnadenlos im Verfolgen von Eigeninteressen und legen grossen Wert auf Unabhängigkeit. Das Objekt der eigenen Verführung zum geliebten Subjekt zu machen, wird deswegen als Eigenverrat aufgefasst. Wer um der Verführung Willen verführt, darf sich demnach nicht der Liebe hingeben – zumindest nicht jener für den verführten Anderen.

Weshalb wir verführen

Was motiviert uns zum Akt der Verführung? Sicherlich kann der Zweck der Verführung lukrativ sein, wie z. B. die Tasche für die Mutter, Anna für Karl oder, wie in Merteuils Fall, die Aussicht auf Rache. Mindestens so motivierend kann aber auch der Akt des Verführens an sich sein: die Erprobung der eigenen Wirkungsmacht und die Verfeinerung der eigenen Kunst, wie sie in de Laclos Valmont oder Kierkegaards Johannes (*Tagebuch des Verführers*) zum Zuge kommt. Das Verführungsgeschehen vertreibt Langeweile und kann reich an Skandalen, Dramen und Aufregungspotenzial sein. Verführung kann tragisch werden, tödlich enden, aber auch ohne Tod zieht sie nicht selten Leere und Sinnlosigkeit sowie die qualvolle Frage «Wieso bloss habe ich das getan?» nach sich (vgl. Kasten *Vom klassischen und modernen Don Juan*). Dem Risiko zum Trotz schauen wir ab und an listig zur Seite und nehmen den einen oder anderen Schritt ab vom rechten Weg: eines heissen Fangs oder der Ästhetik des Vergehens wegen. ■

Zum Weiterlesen

Frisch, M. (2006). *Don Juan oder Die Liebe zur Geometrie*. Berlin: Suhrkamp.
Kierkegaard, S. (1983). *Tagebuch des Verführers.* Frankfurt a. M.: Insel Verlag.
Ovid. (1992). *Ars amatoria – Liebeskunst.* Lateinisch/Deutsch. Übersetzt und herausgegeben von Michael von Albrecht. Stuttgart: Reclam.

Evas sündige Verführung

Zur biblischen Urgeschichte zwischen Individuation und Erotismus

In mythischen Bildern erzählt die Bibel, wie die Frau dem Mann die verbotene Frucht brachte und dabei die Menschheit zum ephemeren, leidenden Dasein verdammte. Die Tiefenpsychologie sieht in der Ursünde die Geburt des Bewusstseins, die Kunst entdeckt in ihr die erotische Figuration vom Verborgenen.

Von Homayun Sobhani

Die Sündenfallgeschichte gehört nicht nur zu den berühmtesten Stücken biblischer Überlieferung, sie dient seit jeher der Kunst, Literatur und Geisteswissenschaft als mächtige Inspirationsquelle und wurde über Jahrtausende hinweg zu einer komplexen menschlichen Thematik von universellem Interesse. Dieses manifestiert sich besonders in der Figur der Eva, welche in der kirchlich-theologischen, maskulin-kanonischen Wirkungsgeschichte als der Ursprung des Bösen in der Welt verteufelt wurde. So wurde ihr Imago zur Ursache für das Elend der Frau und zum Petrefakt ihrer aufgezwungenen Fremdeinschätzung im judäo-christlichen Patriarchat. Doch die Gestalt Evas war für die anthropologische Neugier Anlass zu verschiedensten Exegesen, allen voran die Tiefenpsychologie beugte sich ihrer ungebrochenen Verführungskraft. Maria Kassel, Dozentin für tiefenpsychologisch-feministische Theologie, versucht, die Figur der Eva in ein positives Licht zu rücken. Dabei greift sie auf das Animus-Anima-Konzept von C. G. Jung (1990) zurück, welches besagt, dass jedem Subjekt stereotypische psychische Anteile des anderen Geschlechts innewohnen. Bei ihrer Deutung geht Kassel von der Sündenfallgeschichte als archetypische Menschheitsgeschichte aus, welche die Psychogenese der Gattung «Mensch» repräsentiert. Nach Sigmund Freud rekapituliere die Ontogenese die Phylogenese. So parallelisiert Kassel das Werden des Menschen mit der biblischen Erzählung, welche sie als Darstellung des Individuationsprozesses, des Übergangs vom infantilen, unbewussten Zustand in den des gereiften Bewusstseins, interpretiert (Kassel, 1993).

«Verführung zum Bewusstsein»
Genesis 2 – 3
2, 7 Da formte Gott der Herr den Menschen aus der Erde vom Ackerboden und blies in seine Nase den Lebensatem. So wurde der Mensch zu einem lebendigen Wesen. […]
Nach Kassel steht zuerst der bewusstlose Urzustand des Menschen, welcher als archaisch-paradiesische Harmonie beschrieben wird, in der das Leben ewig ist, «ohne Werden und Vergehen, blosses Da-Sein ohne Geschichte» (ebd., S. 67). Entsprechend der Ontogenese des Säuglings aus der Einheit mit der Mutter, so Kassel, nehme die Menschheit ihren Anfang aus der «Alleinheit mit dem Seienden», aus der Einheit mit der «Mutter Erde», dem Archetypus der «Grossen Mutter». Sein Werden entreisst ihn der Natur, der unbewussten Einheit mit der Umwelt, wobei hier Gott als das Individuationsprinzip wirkt.
2, 21 Da liess Gott der Herr eine Ohnmacht auf den Menschen fallen, so dass er einschlief, nahm eine seiner Rippen und verschloss ihre Stelle mit Fleisch. 2, 22 Gott der Herr baute aus der Rippe, die er vom Menschen genommen hatte, eine Frau und führte sie dem Menschen zu. […] 2, 24 Darum verlässt der Mann Vater und Mutter und bindet sich an seine Frau, und sie werden ein Fleisch.
Ein weiterer Schritt zur Bewusstseinswerdung des Menschen ist die geschlechtliche Prägung. Zuerst der mythischen Vorstellung entsprechend als androgyn aufgefasst, wird Adam seiner Anima, dem «weiblichen Anteil» seiner Psyche, ansichtig und durch diese Differenzierung zum Mann; erst jetzt wird dadurch überhaupt seine männliche Identität möglich. Aus jenem Tiefschlaf, einer Versunkenheit in den tiefsten Schichten des Unbewussten gleichkommend, wird im Prozess der Selbst-Werdung die feminine Seite des Mannes heraufbeschwört, was einer Ausdifferenzierung seiner eigenen Psyche entspricht. Die Drastik des Rippenbildes impliziert die Schmerzhaftigkeit des Bewusstwerdens: Zum Menschen tritt nun etwas Eigenes in Spannung, die als eine schöpferisch-kreative Spannung verstanden wird, da er erst durch die Polarität der Psyche zu neuen Geburten (was später im Text als Geburt der Söhne Adam und Evas beschrieben wird) fähig ist. Durch das Bewusstwerden der inneren Anima kann der Mann zu sich selbst kommen. Die Einsicht in die eigenen weiblichen Anteile verhilft dem Menschen, aus seiner Unbewusstheit herauszutreten. Dies schafft er nur, wenn er die Ursprungseinheit mit der «Grossen Mutter» auflöst: Durch das Verlassen von «Vater und Mutter», den primären Bezugspersonen und Liebesobjekten, kann der Mensch seiner Subjektwerdung als geschlechtlich-bewusste Einheit gerecht werden (vgl. ebd., S. 66–70).
2, 17 … doch vom Baum der Erkenntnis von Gut und Böse darfst du nicht essen; denn wenn du davon isst, wirst du sterben. […] 3, 6 Da sah die Frau, dass es köstlich wäre, von dem Baum zu essen, dass der Baum eine Augenweide war und dazu verlockte, klug zu werden. Sie nahm von seinen Früchten und ass; sie gab auch ihrem Mann, der bei ihr war, und auch er ass.
Im Begehen der Ursünde sieht Kassel das eigentliche Triebwerk des Geschehens: das Werden des Menschen. Der Sündenfall sei kein Zeugnis für eine moralische Sachlage, sondern für eine ontische. Es ist gerade der Abfall von Gott, welcher den Menschen zu einer ethischen Handlung befähigt. Dabei versteht Kassel den Sündenfall als eine weitere Ausdifferenzierung des Unbewussten und seiner bewussten Erschliessung. Für diesen Prozess ist natürlich die Entwicklung spezifisch menschlicher Eigenschaften, konkret das Vermögen zur bewussten Wahl und Unterscheidung, von unumgänglicher Bedeutsamkeit. Diesem Vermögen geht a priori die Freiheit voraus, und diese findet der Mensch in seiner Loslösung aus der symbiotischen Umklammerung der Natur, der «Grossen Mutter»: Aus der Verführung wird Aufklärung zur Mündigkeit, aus der Hybris der Wunsch nach vollkommener Autonomie des bewussten Subjekts.
So wie der Erschliessung der Anima die Bewusstwerdung des Mangels eines Gegenübers vorangestellt wird, «so wird das Verlassen des Paradieses, eines unbewussten Lebens angestossen durch den von einem Baum gespiegelten Mangel an Erkenntnis» (ebd., S. 70), also an Be-

fähigung zum bewussten Leben. Wider die gemeine Vorstellung vom Paradies als dem Ort ungetrübten Glücks sieht Kassel das Vergehen des Menschen, sprich seinen Drang nach Subjektwerdung und Wandel, als Konsequenz der offensichtlichen Unerträglichkeit des Zustands «psychischen Stillstands» des Paradieses. Hauptsächlich die Anima des Mannes nimmt die Unmündigkeit im Unbewussten wahr, sie hat in dieser Szene eindeutig den aktiven Part inne. Hier gebraucht der Mensch nicht Funktionen des Logos und der Vernunft, die im Rahmen des Animus-Anima-Konzeptes als «männliche» verstanden werden. Bewusstsein und Erkenntnis erlangt der Mann über seine weibliche, «irrationale» und «emotive» Seite, über die Neugier seiner Anima, ihre Unschwere, Regeln zu brechen und ihren Wunsch, ihr dargelegte Möglichkeiten auszuprobieren.

3, 7 Da gingen beiden die Augen auf, und sie erkannten, dass sie nackt waren. […] 3, 23 Gott der Herr schickte ihn aus dem Garten von Eden weg, damit er den Ackerboden bestellte, von dem er genommen war. […] 3, 19 [Gott sprach zu Adam:] Mit Schweiss im Angesicht wirst du dein Brot essen, bis du zurückkehrst zum Ackerboden. Von ihm bist du ja genommen. Denn Staub bist du, zum Staub musst du zurück. […] 3, 22 Dann sprach Gott der Herr: Seht, der Mensch ist geworden wie wir; er erkennt Gut und Böse. […]

So zeigt sich die Anima des Mannes als seine Gier nach Fortschritt und Änderung. Adam wird verführt, nicht zum Bösen, sondern zum Bewusstsein: «Der Sturz des Mannes ist entsprechend dem gigantischen Aufschwung tief, aber heilsam.» (ebd., S. 70) Für ihn war es notwendig, das paradiesische Gesetz zu brechen, um sich seiner Selbst bewusst zu werden. Aber mit jener Erkenntnis über sich und sein Leben ist die menschliche Erfahrung des Leidens und der Not unumgänglich. Dem Menschen gehen die Augen auf, und er sieht sich ohne Bekleidung nackt, als schwaches Wesen, das nicht mehr von der «Mutter Natur» behütet wird: Je mehr Bewusstheit er erlangt, desto stärker erscheint ihm die Übermacht der Natur und seine Abhängigkeit von ihr. Er macht sich also daran, gemäss der alten, psychoanalytischen Kunde über die Zivilisation als Produkt der Verdrängung und Sublimierung des Unbewussten (vgl. Freud, 1930/1994), seine Entblössung vor der Natur durch kulturelle Leistungen zu kompensieren.



Painting Palace. Gustav Klimt „Adam und Eva“. [On-line]. Available: http://www.painting-palace.com/de/paintings/25895

Trotz der positiven Bewertung des Verführungsmotivs bleibt Kassels Exegese jedoch eindimensional aus männlicher Psychologie dargestellt, der androzentrische Akzent ist nicht zu überhören. Die Frau wird bei Kassel entgegen der kirchlich-patriarchalen Auslegung von der Schuldhaftigkeit am irdischen Übel freigesprochen. Doch schafft sie es mit dem Gebrauch des problematischen, trotz ihrer progressiven Anwendung immer noch obsolet wirkendenden Animus-Anima-Konzeptes nicht, Eva als autonomes Subjekt anzuerkennen, geschweige am Fossil der geschlechtlichen Dichotomie zu kratzen. Der Sündenfall wird als Werden des bewussten Menschen gelesen, dieser ist aber ein Mann, die Frau blosse Projektionsfläche. Als wissenschaftliche Untersuchung propagiert Kassel trotz kritischem Blick und feministischem Anspruch dennoch einseitiges Menschsein, was partiell der misogynen, manifesten Textebene und der mit männlicher Einäugigkeit erfassten Methode der freudschen Psychoanalyse zu Schulden kommt, welcher sie sich bei ihrer Auslege bedient. Weiter sieht sie beim Menschen eine angeborene Tendenz zur Erneuerung und Entwicklung als vorausgesetzt. Diese wird in ihrem Text an keiner Stelle nur ansatzweise wissenschaftlich untermauert. Nach ihr drängt es den Menschen förmlich zur Ruhelosigkeit und Produktion. Hier wird aber ein promethisches, leistungsorientiertes Menschenbild unreflektiert imitiert.

«Erotismus als Erkundungsmittel»

Eine ästhetische Betrachtung jedoch, welche die Sündenfallgeschichte nicht auf der analytischen Ebene der bewussten und unbewussten Mitteilungen, sondern mehr auf der sinnlichen Bildebene liest, könnte exegetisch möglicherweise aufzeigen, dass die Grenze zwischen den Geschlechtern, welche die erste Voraussetzung aller geschlechtlichen Diffamierung schafft, «instabil ist und stets sich zu verflüssigen droht» (Bronfen, 2002, S. 145) .

Keinem entgeht wohl die erotisch aufgeladene Struktur des Sündenfalls, welche sich v. a. in der Verführung zum Verbotenen und Unbekannten deutlich äussert. Während sich die klerikale Exegese mit der Moralbotschaft, die wissenschaftliche mit der chiffrierten Anthropogenese und sozialhistorischen Implikation beschäftigte, führte die darstellende Kunst jene bezeichnende Erotik in den Mittelpunkt der diversen Abbildungen der Sündenfallgeschichte. Zum Beispiel erscheint in träumender Sinnlichkeit das Urbild des ersten Menschenpaares im Gemälde «Adam und Eva» von Gustav Klimt (1917) und bezeugt im Klang der Jugendstil-Ästhetik jenen Erotismus, die Verführung Evas, als die Demarkationslinie, an welcher der biblische Text die Sünde der Erkenntnis nachzeichnete. Das Motiv der Erkenntnis verschmilzt im Klimts Werk anschaulich mit jenem der Verführung: Erotik und Erkenntnis als zwei Seiten ein und derselben Medaille.

Das psychoanalytische Interesse an der jahwistischen Urgeschichte

Den Ursprung der Neurose sah Freud in der «Modifikation» der affektiven frühkindlichen Beziehungen zu den Eltern bzw. primären Bezugspersonen (Richter, 1963, S. 83), sprich in der unbewussten Erinnerung an einer dem kindlichen Triebwunsch entgegenwirkenden Störung jener Bindung. Besonders hebt Freud die Beziehung zum Vater hervor. So lässt sich die Neurose wesentlich als eine psychische Fehlentwicklung verstehen, in deren Zentrum das Verhältnis zum Vater steht. Weiter war er davon überzeugt, dass die psychische Entwicklung des Menschen der phylogenetischen Entwicklung der gesamten Menschheit gleich kommt. Die individuelle Psychogenese wiederholt demnach die prähistorischen Entwicklungsstadien der Phylogenese (Freud, 1982/1905). Damit ist auch auf zwei wichtige strukturelle Merkmale der Sündenfallgeschichte hingewiesen: Die jahwistische Urgeschichte begreift sich als Menschheitsgeschichte, als Archetypus phylogenetischer Grunderfahrung im kollektiven Unbewusstsein der Menschheit. Ferner sind die Entfremdung von Gott und das grosse Leiden am irdischen Elend zentrale Punkte. So kann man die Urgeschichte als unbewusst kollektiven Erinnerungsrest, «als Rekapitulation der Menschheitsentwicklung […] verstehen und zugleich diese Entwicklung als eine Fehlentwicklung […] betrachten», in deren Mittelpunkt das gestörte Verhältnis zum (Gottes-)Vater steht (Drewermann, 1977, S. 1–9).

Für Klimt bedeutete Erotik immer auch die Anziehungskraft des anderen Geschlechts. In dieser Anziehungskraft könnte man vielmehr aber auch den Wunsch des männlichen Künstlers sehen, sich dem Femininen anzunähern, sich dessen Andersartigkeit zuzulegen und für sich anzunehmen, «um das Fremde im eigenen Ich in eine visuelle Formalisierung zu überführen». Denn wie Marcel Duchamp gesagt hat: «[Erotik] ist […] das einzige Mittel, um Verborgenes ans Licht zu bringen, um gewisse Dinge […] aufzudecken» (ebd., S. 145).

Klimts Eva steht deutlich im Vordergrund des Gemäldes, hinter ihr Adam. Diese Komposition zeigt, wie sich der Künstler bzw. der männliche Blick des weiblichen Körpers als Schutzmaske bedient. So macht es durchaus Sinn, um die tiefenpsychologische Referenz beizubehalten, diese Darstellung von Erotismus als Mittel zur Aufdeckung mit Freuds Terminus der *Schutzdichtung* zu verbinden. Damit meinte Freud gewisse Phantasien, die verdrängtes, traumatisches Wissen auf verzerrte Weise zum Ausdruck bringen. Das verborgene Wissen im Unbewussten wird, um in die bewusste Dimension zu gelangen und dabei für das Ich erträglich zu sein, in Dichtung transformiert. Also wird jenes Wissen zum Schutze des Subjekts chiffriert. Demnach wird im Gemälde Klimts mit dem Ausdruck des erotischen Formdrangs etwas aufgedeckt, doch nur, indem eine neue Form der Verhüllung wieder eingeführt wird. Die Erotik der Eva im Bild, ihre verführerische Haltung wird zur visualisierten Implikation des Verborgenen, jenem Wissen, das der Verzehr des Apfels nur ermöglicht. Das verborgene Wissen, symbolisiert im Baum der Erkenntnis, wird nicht entmystifiziert, sondern im sinnlichen Körper verdichtet. Jene als Schutzdichtung tätige Darstellung deutet dabei auf eine nicht zu tilgende Differenz zwischen Signifikant und Signifikat hin: Die eigentliche Abwesenheit von etwas bezeugt dessen Anwesenheit. Dies bringt uns zum Begriff des Fetischs, «jener kulturell tradierten weltlichen Transsubstantiation, die dazu dient, erotisch aufgeladene Gegenstände mit der wahrhaften Anwesenheit eines abwesenden Körpers gleichzusetzen, dabei aber auch auf den Mangel hinzuweisen, der sich zwischen der Verkörperung und dem angedeuteten Körperteil ergibt» (ebd., S. 146). Für Freud war der Fetisch ein Ersatz für den mütterlichen Phallus, von dessen Vorhandensein der Knabe zuerst ausging und aus Angst vor dem Verlust des eigenen Penis in seiner Fantasie nicht verzichten wollte. So überträgt er dessen Bedeutung auf Kompensationsobjekte oder ganze Verkleidungen, welche für den absenten Körperteil herhalten (vgl. Freud, 1948, S. 313).

Demnach erscheint die Sinnlichkeit, der verführerische Körper des Anderen, ähnlich wie im Phänomen des inszenierten Cross-Dressings, als eine fremde Verhüllung, in die der Künstler eindringen kann, um durch sie zu sprechen. Evas Sinnlichkeit wird somit zur Schutzmaske, deren Fetischismus eine erotische Transsubstantiation ermöglicht, die zwischen Wahrnehmung und Fantasie oszilliert.

Erotismus zum Erkundungsmittel zu erklären, führt also zur ästhetischen Verwischung jener Grenze zwischen Geschlechtern. Nicht einer Indifferenz dem Geschlechterunterschied gegenüber gleichkommend, welche die verhängnisvolle Diskrepanz zwischen Männlichkeit und Weiblichkeit komplett aufhebt, aber «im Sinne eines Wechselspiels, eines steten Hin-und-her-Pendelns zwischen dem Anderen im Selbst und dem Selbst im Anderen» (Bronfen, 2002, S. 145). ■

Zum Weiterlesen

Drewermann, E. (1977). *Strukturen des Bösen. Die jahwistische Urgeschichte in exegetischer, psychoanalytischer und philosophischer Sicht, in drei Bänden*. Paderborn: Verlag Ferdinand Schönigh.

Verführung: Ein Netz aus unscheinbaren Fäden

Verführung – ein Wort, drei Silben, doch nur eine Bedeutung? Jeder weiss, was damit gemeint ist, doch beschreiben lässt es sich nur schwer. Was steht hinter diesem bedeckten Wort und wie wird es verwendet? Ist das Verführen und das Verführtwerden ein spannendes Spiel ohne nennenswerte Gefahren? Welche Unterschiede kommen zwischen Männern und Frauen zum Tragen und was sagen Studierende zu diesem Thema?

Von Thekla Schulze

Die Verführung und die Manipulation

Die Handlung des Romans *Les liaisons dangereuses* (auf Deutsch: Gefährliche Liebschaften) von Pierre Ambroise François Choderlos de Laclos spielt in Frankreich kurz vor der französischen Revolution. Die Marquise de Merteuil schlägt Sébastien de Valmont vor, die Braut – Cécile de Volanges – ihres früheren Geliebten noch vor der Hochzeitsnacht zu verführen. Für eine weitere Verführung der verheirateten Marie de Tourvel verspricht sie ihm sogar eine Liebesnacht.

Wie man hier bereits erkennen kann, ist die Verführung ein durchaus verlockendes, wenn auch manipulatives Spiel. Sie bringt das «Opfer» dazu, etwas zu tun, was es eigentlich gar nicht will und lässt den oder die Verführte ohne grosse Überlegung und Rationalität handeln. Die Verführung umgarnt uns wie ein Netz aus unscheinbaren Fäden. Dabei manipuliert die verführende Person den Verführten oder die Verführte. Es kann sich um ein Objekt oder einen Menschen handeln, denen wir nur schwer widerstehen können oder denen wir manchmal auch gar nicht widerstehen wollen. Die, der oder das Verführende fordert uns heraus und verlangt Tribut. Das soll aber nicht heissen, dass wir als Verführte gar keinen Einfluss nehmen können. Stellt sich die verführte Person bewusst der Situation und ihrem Verführer bzw. ihrer Verführerin, gerät die manipulative Macht des Anderen ins Wanken. So auch in dem Buch von de Laclos. Nachdem die Machenschaften der Marquise de Merteuil aufgedeckt werden, nimmt die Geschichte durch den Tod der Hauptfiguren ein tragisches Ende. Auch wenn dieses Ende für die heutige Zeit eher selten zutrifft, lässt es einen dennoch erkennen, wie geschickt die Manipulation durch die Verführung wirkt und welches Ausmass sie annehmen kann.

Der Schlüssel des Erfolgs beim Verführen ist jedoch nach wie vor das Eingehen auf die individuelle Psyche eines Menschen. Sehnsüchte und Bedürfnisse einer Person müssen erkannt und befriedigt werden – das ist die wahre Kunst des Verführens. Inwiefern beide Geschlechter damit umgehen können, darüber gehen die Meinungen auseinander.

Studierende über das Thema Verführung

Wir haben einzelne Studierende befragt, welche Bedeutung sie hinter dem Wort «Verführung» sehen, ob es eine wahrhaftige «Verführungstechnik» gibt und welche Unterschiede sie aufgrund ihrer Erfahrungen in weiblichen und männlichen Arten der Verführung feststellen können. Im Folgenden werden einige Antworten zitiert:

Melanie, 27

«Für mich bedeutet Verführung, einen anderen Menschen dazu zu bringen, etwas zu tun, was er von sich aus vielleicht nicht machen würde. Wenn es in eine positive Richtung gelenkt wird, dann finde ich es spannend und interessant, ob die andere Person mich überhaupt dazu bringen könnte, etwas zu tun, was ich eigentlich nicht beabsichtigt hatte. Es handelt sich um eine gewisse Manipulation, sei es eine gute oder schlechte, wobei ich der Meinung bin, dass jeder selbst über das Ausmass der Verführung entscheiden kann. Eine universelle Verführungstechnik gibt es nicht, denn jeder Mensch ist anders und reagiert auf andere Dinge. Was bei einigen wirkt, ist bei anderen wirkungslos. Die verschiedenen Techniken sollten auf die Situation abgestimmt sein. Männer verführen gerne mit einer gewissen Provokation, Frauen spielen hingegen eher mit ihren Reizen.»

Martin, 24

«Verführung ist eine machtvolle Kunst, eine andere Person mit Reiz und Charme um den Finger zu wickeln. Sie ist wie eine Spinne, die ihr Netz spinnt, in den sich andere verfangen können. Es gibt keine allmächtige Technik. Selbst wenn die gleiche Person mehrere Male verführt wird, so ist jede Situation und jedes Gefühl anders. Ein Geheimrezept, welches immer funktioniert, existiert nicht. Ich denke, dass es schwerer ist, eine Frau zu verführen als einen Mann. Frauen möchten umgarnt werden. Es ist eine Art Machtspiel, welches sie austragen. Männer geben sich hingegen mit einer weniger intensiven Aufmerksamkeit zufrieden, so dass der Aufwand der Verführung eher abschätzbar ist.»

Alex, 26

«Verführung ist etwas Spannendes, da der Gedanke, bis die Entscheidung feststeht, ob man sich überhaupt verführen lassen möchte, einen Reiz und eine Herausforderung hervorbringt. Es ist wie ein gewisses Machtspiel, in dem man eine Rolle einnimmt. Als Erstes spielt sich die Verführung im Kopf ab, bevor es Wirklichkeit wird. Eine allgemeine Verführungstechnik gibt es meiner Meinung nach nicht. Es kommt auf die momentane Situation an. Eine Anziehung muss bestehen, die rein subjektiv von der Person abhängt. Beide Geschlechter suchen zwar eine Bestätigung hinter dem Verführen, verhalten sich diesbezüglich aber anders. Ich bin davon überzeugt, dass Frauen etwas weiter denken als Männer. Frauen erscheinen weniger spontan und denken mehr über die Konsequenzen nach, wohingegen Männer sich noch nicht genau Gedanken gemacht haben. Sie handeln eher instinktiv.»

Wie man erkennen kann, zeigt sich uns die Verführung in verschiedensten Gewändern. In dem einen oder anderen Kleid wird sie jeden von uns betören. Wie einst Julius Cäsar sagte: «Wer ist so fest, den nichts verführen kann?» Wohl keiner! ■

Zum Weiterlesen

De Laclos, P. A. F. C. (2005). *Les liaisons dangereuses*. France: Librairie Generale Française.
Levine, R. (2003). *Die grosse Verführung. Psychologie der Manipulation*. Piper: München.

Meine geliebte Frau, meine grösste Rivalin

Die Herausforderung des Neides in Liebesbeziehungen

Der Neid ist eine geächtete Emotion. Mit Liebe scheint er unvereinbar. Doch könnte der Neid auf die/den Geliebte(n) eine zunehmende Herausforderung für moderne Liebesbeziehungen sein. Trotz des destruktiven Potenzials, das ihn kennzeichnet, könnte eine Beziehung reifen, wenn sie sich dem stellt, womit der Neid konfrontiert.

Von Moritz Pohlmann

Die künstlerisch begabte und unkonventionelle Zelda und der Schriftsteller Scott Fitzgerald galten als das amerikanische Traumpaar der 20er Jahre. Als Zelda nach 13 Ehejahren jedoch ernst damit machte, ihre eigenen schriftstellerischen Fähigkeiten zu demonstrieren und selbst einen Roman zu veröffentlichen, beschrieb Scott in einem Tagebucheintrag, mit welcher Strategie er darauf reagieren würde:

> *«Attack on all grounds. Play (suppress), novel (delay), pictures (suppress), character (showers), child (detach), schedule (disorient to cause trouble), no typing. Probable result – new breakdown.»*
> – Tagebucheintrag von Scott Fitzgerald in Reaktion auf die schriftstellerischen Pläne seiner Ehefrau.

Während Liebe als das höchste Gefühl gilt, gilt Neid als das niederste. Als Ursprung des Bösen ist er bezeichnet worden. Im Christentum ist er eine der sieben Todsünden. Neid wirkt wie eine hässliche, unvereinbare Dissonanz zur Liebe. Jedoch könnten Neid- und Rivalitätsprozesse eine zunehmende Bedeutung für moderne Liebesbeziehungen einnehmen.

Neid zwischen Partnern als wachsende Herausforderung

Denn die Bereiche, die für Männer und Frauen definitorisch sind, überlappen sich zunehmend. Gut so! Natürlich. Aber für die Beziehungswirklichkeiten resultiert daraus eine psychische Herausforderung, denen klassische Modelle durch eine stärkere Trennung von Leistungsnischen (vgl. Beach & Tesser, 1996) vorbeugten: mit ansehen zu müssen, wie das Gehalt der Geliebten in die Höhe schnellt, während meines stagniert; sie im Nebenzimmer flüssig tippen zu hören, kurz davor stehend, ihre Doktorarbeit nach zweieinhalb Jahren abzuschliessen, während ich im dritten Jahr meiner Arbeit immer noch die Hälfte vor mir habe; den Anruf entgegennehmen zu müssen, in dem sie schon wieder zu einem Vortrag angefragt wird, während von mir keine Öffentlichkeit der Welt etwas wissen will. «Du freust dich doch auch für mich?!» Die zunehmende Überlappung von Zielbereichen konfrontiert damit, dass Geliebte sich verstärkt einem Emotionskomplex ausgeliefert fühlen könnten, der es unmöglich macht, sich mit dem anderen zu freuen. Der im Gegenteil dazu treibt, den anderen zu beschädigen.

Neid

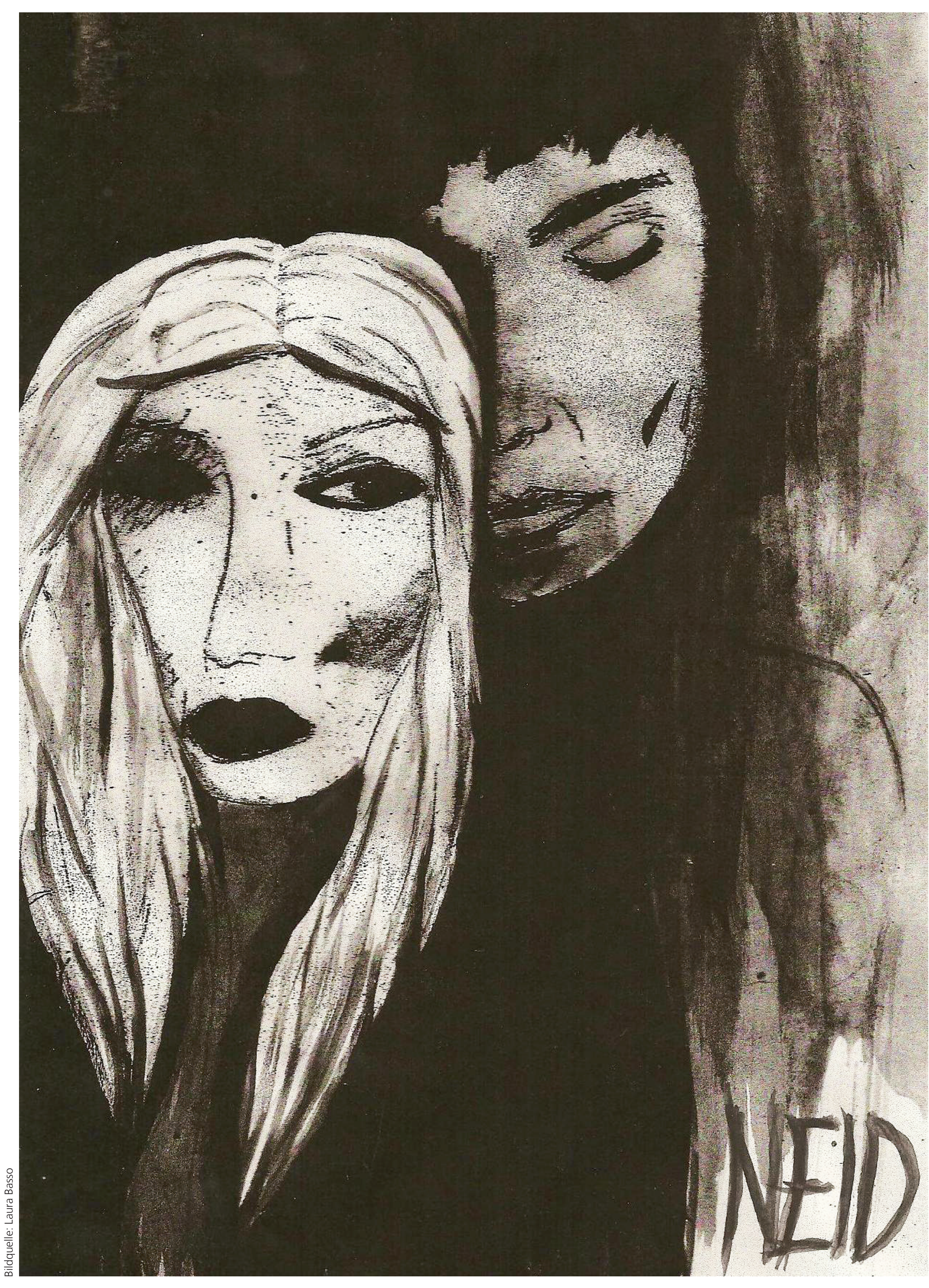
Es ist diese Feindseligkeit, gemischt mit Minderwertigkeitsgefühl und Groll, die den Neid ausmacht (vgl. Smith & Kim, 2007). Zwar wird der Neid umgangssprachlich auch mit Bewunderung gleichgesetzt; doch auch wenn er sich häufig nach aussen hin so äussern kann, kennzeichnet seine psychische Erfahrungsrealität nicht so sehr ein positives Streben nach dem begehrten Gut, sondern primär eine Aversion, ein «nid» (altdeutsch: u. a. Feindseligkeit, Erbitterung, vgl. Haubl, 2001) gegen die Person, die das Gut besitzt: Dadurch erscheint der Neid irrational-böse, gänzlich inkompatibel mit der Vorstellung eines solidarischen Zusammenlebens jeder Art, vor allem aber mit derjenigen einer Beziehung von zwei Liebenden.

Eine Annäherung an die Psychodynamik des Neides

Was den Neid so hässlich-unsolidarisch erscheinen lässt, ist gleichzeitig seine Entstehungsvoraussetzung: Die Person, die wir beneiden, müssen wir ähnlich wie uns selbst wahrnehmen. Zugleich, das scheint neben der Ähnlichkeit eine weitere Voraussetzung des Neides zu sein, müssen wir uns machtlos fühlen, das Gut, das der andere (uns voraus-) hat, in eigener Anstrengung selbst erlangen zu können. Durch die Nähe zum Beneideten einerseits wird uns ein eigener Wunsch, ein eigener Traum, ein mögliches eigenes Werden vorgehalten: «Du hättest es auch haben/erreichen können.» Durch die erlebte Machtlosigkeit andererseits wird dieser Wunsch im gleichen Atemzug erstickt, gewürgt, verhöhnt. Dies beschämt, frustriert und wird als existentielle Ungerechtigkeit erlebt. (Warum er/sie? Warum ich nicht!) In Beziehungen dürfte noch das Gefühl der Bedrohung hinzukommen, der andere werde sich nun nicht mehr zu einem herunterbeugen und sich demnächst einen anderen auf Augenhöhe suchen. Auf der Grundlage von Scham, Frustration, Ungerechtigkeits- und

Konkurrenz in Paarbeziehungen und die Selbstwertaufrechterhaltungstheorie

Ein sozialpsychologischer Ansatz, der als paradigmatisch zur Untersuchung sozialer Vergleichsprozesse gilt, ist die Selbstwertaufrechterhaltungstheorie (z. B. Beach, Tesser et al., 1996). Die Theorie geht davon aus, dass in Abhängigkeit des Bereichs, in dem sie stattfindet, eine überlegene Leistung des Partners eher Stolz bzw. Bedrohungsgefühle auslösen kann. In Leistungsbereichen, die für uns nicht selbstwertdefinitorisch sind, macht uns die gute Leistung des anderen/der anderen stolz. Besticht er/sie uns jedoch auf «unserem Feld», bedroht uns das. Die Theorie nimmt an, dass die Relation zwischen selbstwertstärkenden und selbstwertbedrohlichen Vergleichsprozessen in Beziehungen positiv ist, in denen die Partner unterschiedliche Leistungsnischen für sich beanspruchen. Überlappungen von Leistungsdomänen sollen hingegen zu Spannungen führen. Als einen Weg, diese Spannungen zu lösen, sieht die Theorie eine stärkere Differenzierung der Partner durch eine Neu-Definition selbstwertrelevanter Domänen vor.



Bildquelle: Laura Basso

Bedrohungsempfindungen entstehen dann Minderwertigkeitsgefühl, Feindseligkeit und Groll. Warum Feindseligkeit? Verschiedene Erklärungsansätze liegen vor.
Beispielseise wird die Feindseligkeit als quasireflexhafte, evolutionär verstehbare Reaktion auf Frustration und ein subjektives Ungerechtigkeitsempfinden verstanden (vgl. Smith & Kim, 2007). Als Reaktion auf ein Unterlegenheitsempfinden motiviert sie zur kompensatorischen Selbstaufwertung durch Abwertung des anderen (vgl. Beck, 1999). In der Feindseligkeit gegen den anderen wird auch eine Projektionslogik gesehen (Montaldi, 1999): Indem es mich treibt, den anderen zu attackieren, zerschlage ich das Spiegelbild, indem ich mich als einen Versager anblinzele.

Destruktion und Entwicklungshemmung

Der Neid kann dann eine destruktive Dynamik einleiten. Dies geschieht in der Regel maskiert. Der Neid gilt als geächtete, letzte Emotion, die Menschen anderen, aber auch sich selbst eingestehen (vgl. Schoeck, 1982). In der depressiv-gelähmten Variante (vgl. Haubl, 2001) können wir den Blick vom Vorteil des anderen, vom eigenen Verlust, nicht wegnehmen. Wir ziehen uns zurück, können aber nicht loslassen. Den anderen attackieren wir nicht direkt, etablieren aber doch ein Gleichgewicht: Indem ich ihr stumme Vorwürfe mache, mich ihr entziehe und sie ins Leere laufen lasse, behalte ich zumindest eine Restkontrolle über ihre Stimmungen und lasse sie moralisch schlecht aussehen.
In der aggressiveren Variante hingegen wird das Ungerechtigkeitsempfinden stärker rationalisiert. Aus dem Zusammenkommen ihres Erfolgs und meines eigenen Misserfolgs schmiede ich einen kausalen Zusammenhang: Weil sie erfolgreich ist, bin ich erfolglos. Ich entwerte sie, spreche zynisch über ihren Erfolg, demoralisiere, sabotiere sie.
Der Partner oder die Partnerin kann es dem Neider dabei tendenziell nie recht machen. Wenn sie dem Neider «helfen» will, fühlt der sich zusätzlich herabgesetzt. Wenn sie zu ihm auf Distanz geht, wird der Neider sich bestätigt fühlen und es gegen sie verwenden. Wenn sie sich unterwirft und selbst sabotiert, wird der Neider ihr weiter misstrauen. Und wenn sie sich selbst zurücknimmt, kann es sein, dass sich die Beneidete diese Konzession für den Neider nicht vergibt. Am Rande sei hier erwähnt, dass Zelda Fitzgerald, auch nachdem sie vom Schreiben abgelassen hatte, immer häufiger psychiatrisch hospitalisiert wurde und schliesslich bei einem Psychiatriebrand ums Leben kam.

Der Neid als Chance

Ist ein Ausstieg aus der Dynamik des Neides möglich? Enthält der so pozentiell-destruktive Neid auch ein positives Potenzial? Kann eine Beziehung gar reifen, wenn sie sich dem Neid stellt?
Befasst man sich mit dem Neid, mag man zur Feststellung kommen: Der (blanke) Neid ist unvereinbar mit der Vorstellung einer solidarischen Verbundenheit zwischen zwei Liebenden. Vielleicht bietet die scheinbar konträre These aber einen besseren Zugang: Der Neider versucht auf eine tragisch-destruktive Weise, eine romantisch wirkende und immer noch populäre Beziehungsvorstellung zu verteidigen, die vor allem den Gleichschritt, die Stabilität und die Symbiose hervorhebt. Dem Neider offenbart sich eine dazu unvereinbar scheinende Wirklichkeitserfahrung des Abgehängt-Seins, der Isolation, der Diskontinuität: Plötzlich fliegt sie, während ich an den Boden genagelt bin. Er läuft, ich humple. Sie entwickelt sich, ich stagniere. Man könnte sagen: Der Neider kämpft gegen dieses Erleben an, indem er exzessiv Verbundenheit schafft. Anfänglich ist es die Verbundenheitskonstruktion «Was sie erreicht hat, das hätte ich auch gewollt», die den Neid aufkeimen lässt; anschliessend ist es die Konstruktion der schicksalhaften Verbundenheit, dass «ihr Vorteil mein Nachteil sein muss», durch die Neid sich fortspinnt und rationalisiert.
Damit liegt ein Ausstieg aus dem Teufelskreis des Neides nahe: Daer Neider muss sich der Erfahrung des Getrennt-Seins und der Isolation stellen. Er muss sich einen Schutzraum suchen, in dem ihm ein Einlassen auf den Mangel, auf das unerfüllte Begehren, das ihm der Neid anzeigt, möglich wird.
Welche Lebensvorstellungen hatte ich einmal? Wie lebe ich sie jetzt? Welche Projekte nicht gewagt zu haben, bereue ich? Wie könnte ich einem verschütteten Ziel wieder mehr Raum in meinem Leben geben? Was brauche ich (mehr) von ihr/ihm dafür? Was ist es genau, das mir den Stich versetzt? Wollte ich mit ihr/ihm tauschen? Wäre ich bereit, all den Aufwand auf mich zu nehmen, den sie/er erbracht hat, um dorthin zu kommen? Worin unterscheiden wir uns eigentlich? Was war mir immer wichtig(er)? Ist es tatsächlich ihr/sein Erfolg in diesem Gebiet, den ich mir wünschen würde oder sind es ihre/seine Beziehungen oder vielleicht ihre/seine Fähigkeit, sich über die eigenen Erfolge zu freuen, was ich nie konnte, auch wenn ich sie hatte?
Führt die Erfahrung des Neides zu einer solchen Selbstbefragung, kann sie als Entwicklungsschub wirken. Für den Neidenden, aber auch für die Beziehung. Die zwei Partner können dann zu einer neuen Art der Begegnung kommen. Die kann auch zu einer Entscheidung für eine Trennung führen. Es kann aber auch ein neues, reiferes Miteinander aufscheinen, das die grundsätzliche und ultimativ nie aufhebbare Differenz zwischen beiden nicht verleugnet, sondern tolerieren und nutzen kann. ■

Zum Weiterlesen

Beach, S. R. H., Tesser, A. et al. (1996). Self Evaluation Maintenance in Marriages: Toward a performance ecology of the marital relationship. *Journal of Family Psychology, 10*(4), 379–396.
Haubl, R. (2001). *Neidisch sind immer nur die anderen. Über die Unfähigkeit, zufrieden zu sein.* München: C. H. Beck.
Smith, R. H., & Kim, S. H. (2007). Comprehending envy. *Psychological Bulletin, 133*(1), 46–64.
Zimmermann, T. (2004). *Schön für dich … Neid und Konkurrenz in der Liebesbeziehung.* Frankfurt: mvg Verlag.

Das bio-psycho-soziale Modell konsequent verfolgt

Ein Gespräch mit Gerhard Dammann

Die ruhige und bedachte Stimme Gerhard Dammanns hätte fast darüber hinweggetäuscht, dass vor mir ein Freund der Neugier und der Spannung sitzt, der zudem mit reichlich Ehrgeiz ausgestattet ist.

Von Dragica Stojković

Dragica Stojković: Als Erstes möchte ich Sie bitten, sich für unsere Leserinnen und Leser vorzustellen.

Gerhard Dammann: Ich bin Psychiater und Psychoanalytiker und bin seit fünf Jahren ärztlicher Direktor der Psychiatrischen Dienste Münsterlingen, dazu gehört auch die Psychiatrische Klinik Münsterlingen im Kanton Thurgau.

Mein Schwerpunkt von wissenschaftlicher Seite ist die Diagnostik und Behandlung von Patientinnen und Patienten mit schweren Persönlichkeitsstörungen, insbesondere die Borderline-Persönlichkeitsstörungen und die narzisstischen Persönlichkeitsstörungen. Zuvor arbeitete ich als Arzt an den Universitätsklinken Basel, Strassburg, Freiburg im Breisgau und München.

Steckbrief

Gerhard Dammann, geboren 1963 in Oran/Algerien, studierte Medizin, Psychologie und Soziologie in Tübingen, Paris, Basel und Frankfurt am Main. Er ist Fachpsychologe für Klinische Psychologie FSP, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH, Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychoanalytiker DPV/IPV. Seit fünf Jahren ist er Chefarzt und Spitaldirektor der Psychiatrischen Klinik Münsterlingen und der Psychiatrischen Dienste Thurgau und beschäftigt sich klinisch sowie wissenschaftlich schwerpunktmässig mit der Diagnostik und Behandlung von schweren Persönlichkeitsstörungen.

Gerhard Dammann ist verheiratet, hat vier Töchter und ist der Kunstszene aufgrund einer Art-Brut-Sammlung zusammen mit seiner Frau bekannt.

Was mich so beeindruckt, ist, dass Sie Medizin, Psychologie und Soziologie studiert haben. Was hat Sie motiviert, diese drei Studiengänge zu absolvieren?

Ich muss zuerst meine Leistung etwas einschränken. Zu meiner Zeit war das Studium wesentlich weniger verschult und es war durchaus möglich, ein Doppelstudium zeitlich hinzubekommen. Heute wäre das vielleicht sehr viel schwieriger.

Ursprünglich wollte ich eigentlich gerne eine Geisteswissenschaft studieren, Philosophie, Religionswissenschaft oder etwas in diese Richtung. Ich hatte aber damals ein gutes Abitur und es war die Zeit des strengen Numerus Clausus in Deutschland, so dass mir alle sagten, ich solle Medizin studieren. Dann habe ich mich fast widerwillig beworben und bekam einen Studienplatz. Ich begann in Tübingen Medizin zu studieren und mir war dann relativ schnell klar, dass ich, wenn ich Arzt werden wollte, in Richtung Psychiatrie gehen würde. Weil ich mir eine gute Ausbildung wünschte, begann ich noch das Studium der Psychologie. Später habe ich mich zusätzlich für das Soziologiestudium entschieden, um das bio-psycho-soziale Dreieck zu vervollständigen.

Zudem muss ich anfügen, dass ich aus Neugier gerne scheinbar entgegengesetzte Materien studiert habe, z. B. absolvierte ich vor meiner psychoanalytischen Ausbildung eine verhaltenstherapeutische Weiterbildung.

Finden Sie es generell empfehlenswert, mehrere Studiengänge abzuschliessen?

Grundsätzlich ist es meines Erachtens schon eine gute Erfahrung. Vor allem bei Studiengängen, die doch nicht so nahe beieinander liegen – und dies scheint mir bei der Kombination Psychologie und Medizin der Fall zu sein. Das Wissen kann man sich z. T. auch gut autodidaktisch aneignen. Ich würde z. B. sagen, dass am Ende ein ärztlicher und psychologischer Psychotherapeut relativ Ähnliches tun und sich in ihren Fähigkeiten und ihrem Berufsbild kaum unterscheiden. Aber gerade die unterschiedlichen wissenschaftstheoretischen Prämissen der Medizin und der Psychologie, die prägen einen. Mit anderen Worten: Ich glaube nicht, dass jemand, der beides studiert hat, am Ende ein besserer Arzt oder besserer Psychologe sein wird, aber er hat durch diese unterschiedlichen Zugänge möglicherweise ein breiteres Reflexionsspektrum.

Ist es nicht auch eine andere Sozialisation, die man durchläuft? Wovon sind Sie stärker geprägt und mit welcher Berufsgruppe sind Sie stärker identifiziert?

Es hängt ein bisschen davon ab, was man zuerst studiert hat, würde ich sagen. Es gibt eine kleinere Gruppe, die zuerst Psychologie und dann Medizin studiert haben und die sind in ihrem Selbstverständnis stärker von der Psychologie geprägt. Die grössere Gruppe, und da würde ich mich dazurechnen, sind eher Ärzte, die auch Psychologie studiert haben, die aber stärker durch das Ärztliche geprägt sind.

Ich würde keinen meiner Studiengänge missen wollen. Das Medizinstudium ist eigentlich in mancher Hinsicht mit Künstlerisch-Musischem verwandt. Es ist, so glaube ich, kein

Publikationsauswahl

Brand-Claussen, B., Dammann, G. & Röske, T. (Hrsg.). (2006). *Wahnsinn sammeln: Outsider Art aus der Sammlung Dammann.* Heidelberg: Wunderhorn.

Dammann, G. & Janssen, P. L. (Hrsg.). (2007). *Psychotherapie der Borderline-Störungen: Krankheitsmodelle und Therapiepraxis – störungsspezifisch und schulenübergreifend* (2., überarb. u. erw. Aufl.). Stuttgart: Georg Thieme.

Dammann, G. (2007). *Narzissten, Egomanen, Psychopathen in der Führungsetage: Fallbeispiele und Lösungswege für ein wirksames Management.* Bern: Haupt.

Dammann, G. & Meng, T. (Hrsg.). (2010). *Spiegelprozesse in Psychotherapie und Kunsttherapie. Das progressive therapeutische Spiegelbild – eine Methode im Dialog*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.



Bildquelle: Gerhard Dammann

Zufall, dass so viele berühmte Schriftsteller wie Tschechow, Döblin oder Schiller Ärzte waren. Was im Medizinstudium im Gegensatz zum Psychologiestudium fehlt, sind Seminare, in denen diskutiert wird. Die Medizin ist sozusagen ein antiintellektuelles Fach. Die Psychologen werden zudem methodisch besser geschult und lernen, systematisch vorzugehen. Als Klinikchef merke ich das z. B. wenn es darum geht, organisiert ein Projekt anzugehen, worin das ärztliche Personal sich meist weniger strukturiert zeigt.
Ein weiterer Unterschied, den ich noch erwähnen möchte, ist, dass Psychologen i. d. R. keine Dienste machen. Und was es bedeutet, dass jemand als junger Arzt mitten in der Nacht gerufen wird und dann schnell entscheiden und handeln muss – das prägt das ärztliche Selbstverständnis, auch in der Psychiatrie. Psychologen hingegen fühlen sich oft im Diskurs, im systematischen Nachdenken über einen Fall, wohler.

Sie sprechen etwas Spannendes an: Die Zusammenarbeit der psychologischen und medizinischen Berufsgruppe in der Psychiatrischen Klinik Münsterlingen. Können Sie zum Schluss dazu noch etwas sagen?
Wir haben in unserer Klinik eine Reihe von Psychologen, drei Stationen werden sogar von Psychologen bzw. Psychologinnen geleitet: Die Abteilungen für schwere Persönlichkeitsstörungen, für Adoleszentenpsychotherapie und die stark neuropsychologisch geprägte Memory-Klinik für Demenzpatienten. Mit Ausnahme genuin ärztlicher Aufgaben sind diese drei Mitarbeitenden in ihrer Rolle als therapeutische Stationsleitung der Stellung eines Oberarztes gleichgesetzt.
Es gibt Klinken, die aufgrund des Ärztemangels ärztliche Stellen mit Psychologen besetzen. Dies ist für die Klinik sogar ökonomisch günstiger, doch ich selber möchte das aus verschiedenen, auch berufspolitischen Gründen nicht. Denn ich glaube die Gefahr besteht, wie böse Zungen behaupten, dass das Berufsbild des Psychiaters dann zum Facharzt für chronische Schizophrenie verkümmert, der nur noch medikamentöse Verordnungen macht. ■

Ein Praktikum in der Psychiatrischen Klinik Münsterlingen absolvieren?
Im Sommer 2011 war ich als Praktikantin für drei Monate auf der Abteilung für schwere Persönlichkeitsstörungen angestellt und erhielt einen breiten Einblick in verschiedene therapeutische Tätigkeiten. Am eindrücklichsten habe ich die zeitlich grosszügig gestalteten Fallbesprechungen in Erinnerung, in welchen das Team gemeinsam die Diagnose sowie den therapeutischen Fokus für den Patienten oder die Patientin festlegt. Auf dieser Basis werden individuelle Therapiepläne zusammengestellt, die aus Gesprächen mit Pflegebezugspersonen, der analytischen Einzel- sowie Gruppentherapie, der Kunst-, Körper- und Musiktherapie im Gruppen- und manchmal zusätzlich auch im Einzelsetting sowie Elementen der Dialektisch-Behavioralen Therapie (DBT), wie z. B. der Achtsamkeit oder dem Skillstraining, bestehen. Bei finanziellen Fragen oder Wiedereingliederungaspekten u. ä. haben Patientinnen und Patienten zudem die Möglichkeit, Probleme gemeinsam mit der Sozialarbeiterin anzuschauen und sich beraten zu lassen.
Mein Praktikum war des Weiteren durch Gespräche mit Patientinnen und Patienten, lehrreiche Protokollerstellungen, stellvertretende therapeutische Tätigkeiten sowie den Besuch von Weiterbildungsangeboten und klinikübergreifenden Fallvortstellungen bereichert. Betreut wurde ich durch die therapeutische Leitung, der Psychoanalytikerin Christiane Rösch. Aus den Gesprächen mit ihr, aber auch mit anderen Teammitgliedern, habe ich viel für meinen zukünftigen Weg mitnehmen könnnen.

Interessierte melden sich für weitere Informationen bei mir (dragica.stojkovic@aware-magazin.ch) oder direkt bei Frau Liesner (angela.liesner@stgag.ch).

I don't know how she does it

Vom Karriere kriegen und Kinder machen

Karriere, Familie, Kinder, Hobby, Freunde, Ehe: unvereinbare Ziele? Und doch gibt es sie, die Allrounder, die Karrieremütter, die Hausfrauen in Kaderpositionen. Ich habe mit Frauen gesprochen, die den Spagat zwischen Mutter-Rolle und Business-Lady gewagt haben. Ziel des Artikels ist eine Darstellung der positiven Seiten einer parallelen Verwirklichung beruflicher und familiärer Ziele sowie der sich dafür anbietenden Lösungsmöglichkeiten.

Von Fabienne Meier

Ist es möglich, Kind und Karriere gut zu vereinen?

Gleich zu Beginn muss etwas klargestellt werden: Es gibt unterschiedliche Frauen und Männer mit unterschiedlichen Zielen. Menschen leben in verschiedenen Familien- und Beschäftigungsverhältnissen, und diese können je nach Umfeld, Einstellung, Situation und wirtschaftlichen Begebenheiten variieren. Die freie Wahl des Individuums soll in jedem Fall respektiert werden. Hier gehen wir aber von euch aus, liebe Mitstudierende, die ihr bereits am Aufbau eurer Karriere arbeitet und euch vorstellen könnt, diesen Lebensbereich eines Tages gegebenenfalls egalitär mit der Familiengründung zu vereinbaren.

Zunächst müssen wir definieren, was eine Karriere und eine gute Mutter überhaupt sind. Objektive und subjektive Kriterien müssen getrennt betrachtet werden. «In unserem Sprachverständnis», so Dr. Bettina Wiese, Professorin für Personal- und Organisationspsychologie der RWTH Aachen, «bezeichnet die objektive Karriere als einen vertikalen Aufstieg, der an Einkommen sowie Personal- und Budgetverantwortung festmachbar ist». Dabei befindet man sich in einem hoch kompetitiven Feld, in dem das Erlangen von Humankapital notwendig ist. Das heisst, man muss Know-how und professionelle Netzwerke sammeln.
Die Vereinbarung zwischen Familie und Karriere müsste für Frauen möglich sein, so Wiese, «wenn man die Rahmenbedingungen so schafft, dass ein ausgewogenes zeitliches Investment möglich ist». Prof. Dr. Ulrike Ehlert, renommierte Stressforscherin an der Universität Zürich, gibt zu bedenken, dass «zufriedenstellende Karrieren extrem unterschiedliche Bedeutungen haben können. Grundsätzlich sollte man die Arbeit gerne machen, eine sinngebende Wirkung daraus ziehen können und sie sollte in einer Ausgewogenheit zu anderen Lebensbereichen stehen.» Und was ist eine gute Mutter? Ehlert betont die spezifische Bindung zwischen Mutter und Kind. Dabei kommt es aber nicht allein auf die Zeit an, die eine Mutter pro Tag mit dem Kind verbringt. Wiese führt ausserdem an, dass die Entwicklung des Kindes nicht nur von der Rolle der Mutter abhängt, sondern auch von einer Reihe anderer Faktoren. Aus einem Ratgeber zum Thema «Sichere Bindung und Entwicklung» der Universität Zürich von Behrends und Bodenmann geht hervor, dass «eine berufstätige Mutter, der es gut geht, auch für ihr Kind einen günstigen Entwicklungskontext schafft».

Lösungsmöglichkeiten

Es gibt eine Reihe von Möglichkeiten, die einem ambitionierten Elternpaar offenstehen, wenn es darum geht, einen egalitären Umgang mit den Karrieren beider Partner zu finden. Einige sollen hier dargestellt werden. Die externe Kinderbetreuung ist einer der unverzichtbaren Schlüsselfaktoren für arbeitende Mütter. Dabei existieren unterschiedliche Möglichkeiten mit jeweiligen Vor- und Nachteilen. Der optimale Betreuungsstart liegt bei Kindern nach Abschluss der primären Bindungsprozesse beim Alter von etwa zwei Jahren. Dieses Ergebnis aus dem Bindungsratgeber von Behrends und Bodenmann lässt sich gut überbrücken mit einem «sanften Wiedereinstieg», wie ihn Wiese nennt. Aus humankapitaltheoretischer Sicht sollte die berufliche Auszeit nach der Geburt möglichst kurz gehalten werden. Daher bietet es sich an, rasch mit einem kleineren Pensum wieder einzusteigen und dieses dann stetig zu erhöhen. Ausserdem ist es wichtig, sich vor der Schwangerschaft seiner Prioritäten bewusst zu werden und diese möglichst früh dem Personalverantwortlichen zu kommunizieren.
Eine externe Unterstützung, die vielen Frauen als entlastend erscheint, ist die Haushaltshilfe. Sie schafft Zeit und mindert das Konfliktpotenzial in der Familie. Diese doch etwas kostspieligere Investition scheint sich durchaus zu lohnen, wenn man betrachtet, dass der Haushalt doch grösstenteils Frauensache geblieben ist: Auch bei steigender Bildung und unkonventioneller Bildungsrelation findet hier kein Umkehrprozess statt (Schulz & Blossfeld, 2010). Hinzu kommt, dass mit zunehmender Ehedauer ein Traditionalisierungsprozess einhergeht, wie das Bamberger-Ehe-Panel (Vaskovics et al., 2002) zeigen konnte. Angesichts der aktuellen Scheidungsquote von über 50 Prozent (BfS, 2011) betont Ehlert: «Man muss sich schon vor der Schwangerschaft seiner lebenslangen, transgenerationalen Verantwortung bewusst sein und Vertrauen in sich haben, das zur Not auch alleine hinzukriegen.»

Das egalitäre System

Hier kommen wir zu einem sehr interessanten Aspekt der Fragestellung: der Rolle des Partners. Beiden meiner Gesprächspartnerinnen erscheint das 50:50-Modell (beide Partner arbeiten im Halbzeitpensum und kümmern sich jeweils zu gleichen Teilen um Haushalt und Kinder) weder beziehungstechnisch noch aus wirtschaftlicher Sicht realistisch zu sein. «Am Ende», so Ulrike Ehlert, «verpufft man seine Energie für Kleinkriege und die Kontrolle, ob der Partner tatsächlich die Hälfte erledigt». Was aber nach Bettina Wiese Zukunft haben könnte, ist die Teilzeitarbeit, die relativ nah an das Vollzeitniveau herankommt, also ab einem 75-Prozent-Pensum und aufwärts. Das sei vermutlich das einzige Modell, das auch für Männer und ihr Arbeitsumfeld akzeptabel sein könnte. Ausserdem dürften die Karriereeinbussen wahrscheinlich geringer sein als beim einem 50-Prozent-Pensum.
Einen weiteren interessanten Vorschlag bringt Wiese in ihrem Buch *Mama startet durch*: Man kann sich Tage aufteilen, an dem jeweils ein Partner für Notfälle, also Krankheit des Kindes und Ähnliches, zuständig ist. Ist man beispielsweise montags verantwortlich, sollte man wichtige Termine nicht auf diesen Tag legen, sondern auf einen, an dem der andere «Notfalldienst» hat. Diese

Strategie wird auch rechtlich unterstützt. Männer und Frauen haben nämlich gleichermassen die Möglichkeit, Freistellung für Krankheitsfälle der Kinder einzufordern. Aktuell führt Wiese eine Studie durch, bei der die Qualität der Absprachen mit dem Partner und den Peers betrachtet wird. Es wird angenommen, dass ein präziser und intensiver Austausch über Bedürfnisse noch während der Schwangerschaft förderlich ist. Einen weiteren wichtigen Aspekt machen auch die gemeinsamen Mahlzeiten, so Ulrike Ehlert aus eigener Erfahrung. Aber auch das konsequente Abschalten und Erholen in der Freizeit oder in den Ferien ist ein wichtiger Energielieferant.

Kompetenztransfer

Eine andere Herangehensweise, die nach Meinung der Autorin Potenzial haben könnte, ist die Betrachtung positiver Spill-Over- oder Enhancement-Effekte. Sprich: Eine Arbeitnehmerin, die Mutter ist, könnte Vorteile für den Betrieb bringen und eine Mutter, die arbeitet, Vorteile für die Familie. Dies insofern, als Kompetenzen, die in einem Bereich erarbeitet wurden, im anderen verwendet werden können. Wiese und Mitarbeitende haben eine Studie (2010) durchgeführt, aus der hervorgeht, dass der wahrgenommene Kompetenzerwerb in der Familie für den Beruf mit einer höheren Familienzufriedenheit einhergeht. Ausserdem kann Selbstkomplexität und eine grössere Anzahl an vorhandenen Lebensbereichen als Puffer für Rückschläge dienen: Die Aufmerksamkeit wird nicht nur (nach dem Konzept der symbolischen Selbstergänzung von Wickl und Gollwitzer, 1982) auf die positiven Aspekte desselben Lebensbereichs gelenkt, sondern auch auf einen schönen anderen Lebensbereich. Oder wie es Ehlert prägnant formuliert hat: «Beim Arbeiten erhole ich mich von meiner Familie und bei meiner Familie erhole ich mich von der Arbeit.»

Vorteile für alle

Abschliessend sollen auch die gesellschaftspolitischen und wirtschaftlichen Vorteile arbeitender, aufstrebender Mütter zur Sprache gebracht werden. Das Staatssekretariat für Wirtschaft (seco) und das Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) haben im Jahr 2004 ein interessantes Papier zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie herausgegeben. Daraus geht hervor, dass familienfreundliche Massnahmen durchaus volkswirtschaftlich von Vorteil sind. Sehen Eltern sich in der Balance zwischen Arbeit und Familie beeinträchtigt, bremst das die wirtschaftliche Entwicklung und schränkt das Arbeitskräfteangebot ein. Diese Tatsache ist besonders bedenklich, wenn man die zunehmende Alterung der Gesellschaft bei gleichzeitiger Stagnation des Geburtenüberschusses im Auge behält. Seco und BSV geben in ihrem Papier positive Zukunftsaussichten: «Wenn sowohl die Erwerbsquote als auch die Wochenarbeitszeit der Frauen in den nächsten fünfzig Jahren die gleichen Werte erreichen würden wie diejenigen der Männer, würde dies allein zu einer jährlichen Steigerung des schweizerischen BIP um 0.3 Prozent führen.» (2004, S. 45–46).

Liebe Mitstudierende, ihr seht, es gibt Lösungsansätze dazu, seine Träume in zweierlei Lebensbereichen zu verwirklichen. Natürlich ist dieses Unterfangen mit Einschränkungen sowie hohen Anforderungen an Organisation und Zeitmanagement verbunden, doch es ist machbar. Ich möchte gerne mit einem Ratschlag von Ulrike Ehlert schliessen: «Wer das wirklich im Innersten will, der wird Wege und Mittel finden, das hinzukriegen. Was ich raten würde? Ganz einfach: Just do it!»



Bildquelle: Sandy Krammer

Das Geheimnis der Stehaufmännchen

Resiliente Menschen faszinieren, da sie schwere Schicksalsschläge, an denen andere zerbrechen würden, scheinbar mühelos und meist aus eigener Kraft überwinden. Was steckt hinter diesen Persönlichkeiten? Spezielle Gene, ein positives Umfeld oder einfach der Glaube an sich selbst? Und kann man Resilienz lernen?

Von Antje Stahnke

Der Begriff *Resilienz* leitet sich ab von dem lateinischen Wort «resilire», was «abprallen» bedeutet. Genau das scheint die Bewältigungsstrategie von Anna zu sein, wenn es um belastende Ereignisse in ihrem Leben geht: Sie lässt sie anscheinend einfach an sich abprallen, statt sich davon unterkriegen zu lassen. Anna wächst in denkbar schlechten Verhältnissen auf. Ihre Mutter stirbt, als Anna vier Jahre alt ist, ihr arbeitsloser Vater gibt das knappe Familieneinkommen für Alkohol aus, schlägt Anna und ihre Schwester und missbraucht die beiden Mädchen sexuell. Doch Anna ist eine Kämpfernatur. Sie baut sich ihre eigene Welt, sucht Kontakt zu Menschen, die sie fördern und denen sie vertrauen kann, sie lernt viel, um eines Tages ein anderes Leben führen zu können – und sie schafft es. Heute ist Anna 29 und steht kurz vor der Promotion. Sie ist seit fünf Jahren glücklich verheiratet und erwartet im Sommer ihr erstes Kind. Zu ihrem Vater hat sie keinen Kontakt mehr. Ihre psychische Robustheit angesichts der vielen belastenden Ereignisse ist für Aussenstehende erstaunlich, für Anna selbst scheint das weniger der Fall zu sein: «Ich kann es nicht ausstehen, wenn Leute sich auf ihrer schweren Kindheit ausruhen und diese als Legitimation für alles nehmen, was sie in ihrem Leben nicht auf die Reihe bekommen», so Anna. Und mehr noch: «Ich bereue nichts, was mir passiert ist. Alles, was ich erlebt habe, hat mich stark gemacht, und wenn Leute nicht an mich geglaubt haben, hat mich das nur noch mehr angespornt.» Anna ist ein Paradebeispiel für Resilienz.

Wegbereiterin der Resilienzforschung

Pionierin auf dem Gebiet der Resilienzforschung ist die US-Amerikanische Entwicklungspsychologin Emmy Werner. Sie untersuchte in einer gross angelegten Längsschnittstudie eine Kohorte von knapp 700 Kindern, welche 1955 auf der hawaiianischen Insel Kauai geboren wurden, über einen Zeitraum von mehr als 30 Jahren (Werner et al., 2001). Mehr als zwei Drittel dieser Kinder haben das Glück, in einem positiven Umfeld aufzuwachsen, und somit nach Werner ein geringes Risiko haben, später einmal psychische Probleme zu bekommen oder delinquent zu werden. Interessant ist jedoch vor allem die Gruppe von etwa 200 Kindern, welche in desolate Familienverhältnisse geboren werden. Psychische Probleme der Eltern, Armut oder pränataler Stress sind dafür verantwortlich, dass man diesen Kindern eine schlechte Prognose für ihr späteres Leben gibt. Diese erfüllt sich auch bei etwa zwei Dritteln der Kinder, die schwierigen Verhältnissen entstammen: Sie entwickeln Lernstörungen, psychische Probleme, werden kriminell und so weiter. Doch ein Drittel dieser Kinder erweist sich als äusserst robust gegenüber den widrigen Umständen, in denen sie aufwachsen (Werner & Smith, 2001).

Resilienz im Lebensverlauf

Schon als Kleinkinder unterschieden sich gemäss Werner (2001) die resilienten stark von den vulnerablen Kindern. Sie sind fröhlich und offen, haben ein einfaches Temperament, explorieren neugierig ihre Umwelt und sind ihren Altersgenossen in puncto sprachlicher und motorischer Entwicklung oft voraus. In der späteren Kindheit und Jugend haben sie nach Werner gute Schulleistungen, engagieren sich oft gemeinnützig, haben ein festes soziales Netzwerk und sind optimistische, zielstrebige Persönlichkeiten. Nicht selten fliehen sie früh aus ihren schwierigen Familienverhältnissen. Über die gesamte Entwicklungsspanne haben die resilienten Kinder meist mindestens eine Bezugsperson, die sie fördert und unterstützt. Die kann beispielsweise ein Familienmitglied sein, aber auch eine Lehrperson oder jemand aus der Kirchengemeinde. Im Erwachsenenalter haben die resilienten Personen in der Regel eine hohe Selbstwirksamkeitsüberzeugung und ein positives Selbstkonzept. Ihre Lebensumstände unterscheiden sich zum letzten Messzeitpunkt, im Alter von etwa 32 Jahren, kaum von denen der Probanden, welche in stabilen Verhältnissen aufgewachsen sind, und stehen in krassem Gegensatz zu dem Umfeld, aus dem sie selbst entstammen (Werner et al., 2001).
Diese Beobachtungen von Emmy Werner (2001) decken sich auch mit Annas Erlebnissen: «Als Kind hatte ich immer ein Lächeln auf den Lippen. Es gibt kein Foto, auf dem ich nicht strahle, selbst wenn man auf den zweiten Blick sieht, wie mein Körper mit blauen Flecken übersät

Gibt es ein Resilienz-Gen?

Die frühen Unterschiede zwischen resilienten und vulnerablen Kindern legt die Vermutung nahe, dass es eine genetische Prädisposition für dieses Phänomen gibt. Diese Hypothese untersuchte das Team um Avshalom Caspi in verschiedenen Studien. Dabei fanden sie einen Erbfaktor namens 5-HTTLPR, der den Serotoninmetabolismus im Gehirn reguliert (Caspi et al., 2003). Von diesem Faktor existieren eine kurze und eine lange Version. Letztere sorgt dafür, dass im Gehirn mehr Serotonin zur Verfügung steht, wodurch die Personen besser mit belastenden Lebensereignissen umgehen können.
In einer weiteren Untersuchung zeigten Caspi und Mitarbeitende die Bedeutung des Gens, welches die Herstellung des Enzyms Monoaminioxidase-A beeinflusst (Caspi et al., 2002). Dieses Enzym ist unter anderem für den Abbau von Noradrenalin verantwortlich. Ist es nicht in ausreichenden Mengen vorhanden, führt der erhöhte Spiegel des Stresshormons zu Verhaltensauffälligkeiten. Wie so oft ist es aber vermutlich die Kombination aus genetischer Prädisposition und Umwelteinflüssen, welche das Phänomen Resilienz erklärt.



Bildquelle: Adrian Oesch

ist.» Familienmitglieder, ehemalige Nachbarn und Lehrerinnen beschreiben die kleine Anna als ausgeglichen, lebendig, neugierig und hilfsbereit. Niemand ahnt, durch welches Martyrium das Mädchen tagtäglich ging. Sie hatte nie viele Freunde, sagt, dass es ihr schwer fällt, anderen zu vertrauen, doch ihre zwei besten Freundinnen und ihr bester Freund weichen ihr schon seit der Primarschulzeit nicht mehr von der Seite. Anna war eine gute Schülerin und leitete als Jugendliche den Kinderchor ihrer Kirchgemeinde. Heute sagt sie, dies seien ihre Zufluchtsorte gewesen. Hier habe sie gemerkt, dass sie selbst verantwortlich ist für das, was einmal aus ihr wird, dass sie etwas bewegen kann und andere sie schätzen. «Noch mehr als andere Jugendliche fieberte ich meinem 18. Geburtstag entgegen. Das war der Tag, an dem ich mich endgültig aus meiner persönlichen Hölle befreien konnte», sagt Anna nicht ohne einen gewissen Stolz.

Resilienz als Allheilmittel?

«Es gab auch Zeiten, in denen es mir richtig schlecht ging und in denen ich zum Beispiel viel zu viel trank. Manchmal verletzte ich mich in meiner Jugendzeit sogar selbst. Doch dann kam immer wieder ein Schlüsselmoment, in dem ich mir bewusst wurde, dass ich so nicht leben möchte. Das gibt mir dann immer die Energie, mich aus eigener Kraft wieder aufzurappeln, mich auf das zu besinnen, was mir wirklich wichtig ist, und danach bin ich dann stärker als je zuvor», so Anna.

Selbstverständlich sind auch resiliente Personen nicht vor psychischen Erkrankungen wie Depressionen gefeit. Häufig leiden sie auch im Erwachsenenalter unter psychosomatischen Erkrankungen, wie stressbedingten Spannungskopfschmerzen, und haben häufig Schwierigkeiten mit Beziehungen. Doch in Relation zu ihren Erlebnissen und im Vergleich zu nichtresilienten Personen treten diese Probleme verhältnismässig selten auf und können oft besser und aus eigenem Antrieb bewältigt werden, so Emmy Werner.

Resilienztraining

Kann man diese beeindruckende Eigenschaft namens Resilienz lernen, um sich so für negative Lebensereignisse zu wappnen? Viele namenhafte Forscherinnen und Forscher sind mittlerweile überzeugt, dass man diese psychische Robustheit zumindest bis zu einem gewissen Grad erlernen kann. Die American Psychological Association (APA) gibt in ihrer Broschüre «The Road to Resilience» Tipps, wie man Resilienz trainieren kann. Von besonderer Bedeutung ist es gemäss den Autorinnen und Autoren, sich Problemen zu stellen und diese in einen breiteren Kontext zu setzen, um daraus zu lernen und so zu etwas Positivem zu machen. Auch Anna konnte ihren traumatischen Erfahrungen mit etwas Abstand etwas Positives abgewinnen und als Teil ihres Lebens und ihrer Persönlichkeit annehmen. Weiterhin empfehlen die Autorinnen und Autoren dieses Leitfadens, in sich hineinzuhören, um seinen eigenen Zielen und damit dem eigenen Wohlbefinden näherzukommen, sich weiterzuentwickeln sowie sich selbst zu akzeptieren. Auch Dinge wie soziale Beziehungen oder Spiritualität können hilfreich sein. Daraus konnte Anna ebenfalls ihre Kraft schöpfen. Zudem können Eltern und Lehrpersonen die Resilienz ihrer Schützlinge gezielt fördern. Im ebenfalls von der APA herausgegebenen «Guide to Resilience for Parents and Teachers» werden Anregungen dazu gegeben. So sollte man Kinder beispielsweise vor allem zu Selbstständigkeit und Eigenverantwortung erziehen, sie anregen, sich für andere einzusetzen, aber auch selbst Hilfe anzunehmen, neugierig zu sein und ein positives Bild von sich zu haben.

Letztendlich sollten wir uns wohl nicht als Opfer unseres Schicksals oder unserer Gene sehen, sondern uns das Zitat des schottischen Schriftsellers Robert Louis Stevenson (1850–1894) zu Herzen nehmen, das Anna sich zum Lebensmotto gemacht hat: «Im Leben kommt es nicht darauf an, ein gutes Blatt in der Hand zu haben, sondern mit schlechten Karten gut zu spielen.» ■

Neuroökonomie – Ein Gehirn für Wirtschaftswissenschaftler!

Der Mensch ist ein rational handelnder Homo Oeconomicus. Diese Ansicht galt lange Zeit in den Wirtschaftswissenschaften als unumstössliche Prämisse des Erkenntnisgewinns. Zeitgleich lassen uns alltägliche Schlagzeilen bezüglich der Wirtschafts- und Finanzkrise an dieser Grundannahme zweifeln. Was stimmt also? Erklärungen liefert die Neuroökonomie.

Von Kristin Möllering

Seit Beginn des vergangenen Jahrzehnts etabliert sich die Neuroökonomie als ernst zu nehmende wissenschaftliche Disziplin, die an der Schnittstelle zwischen Wirtschaftswissenschaft, Psychologie und Neurowissenschaft neueste Erkenntnisse zur Analyse menschlichen Verhaltens in ökonomischen Entscheidungssituationen liefert. Unterstützt wird die Neuroökonomie dabei von der naturwissenschaftlichen Methodik der Neurowissenschaften, die durch bildgebende Verfahren (wie z. B. fMRT und PET) aufzeigt, welche spezifischen Hirngebiete bei einer bestimmten Entscheidungssituation aktiviert sind. Durch diese Interdisziplinarität gelingt es ihr, ein präziseres Verständnis für die Vorgänge und Prozesse innerhalb der behavioristischen «Black Box» des menschlichen Gehirns zu erlangen und kann auf diese Weise zur Erklärung von Kauf-, Investitions- oder Managemententscheidungen beitragen.

Im Fokus der Forschung steht dabei stets die Fragestellung, ob der Mensch in ökonomischen Situationen tatsächlich als vernünftig kalkulierender Homo Oeconomicus auftritt oder ob er sich vielmehr von emotionalen und teilweise unbewussten Prozessen oder persönlichen Präferenzen (und dies sogar zu seinem eigenem Nachteil!) verführen lässt.

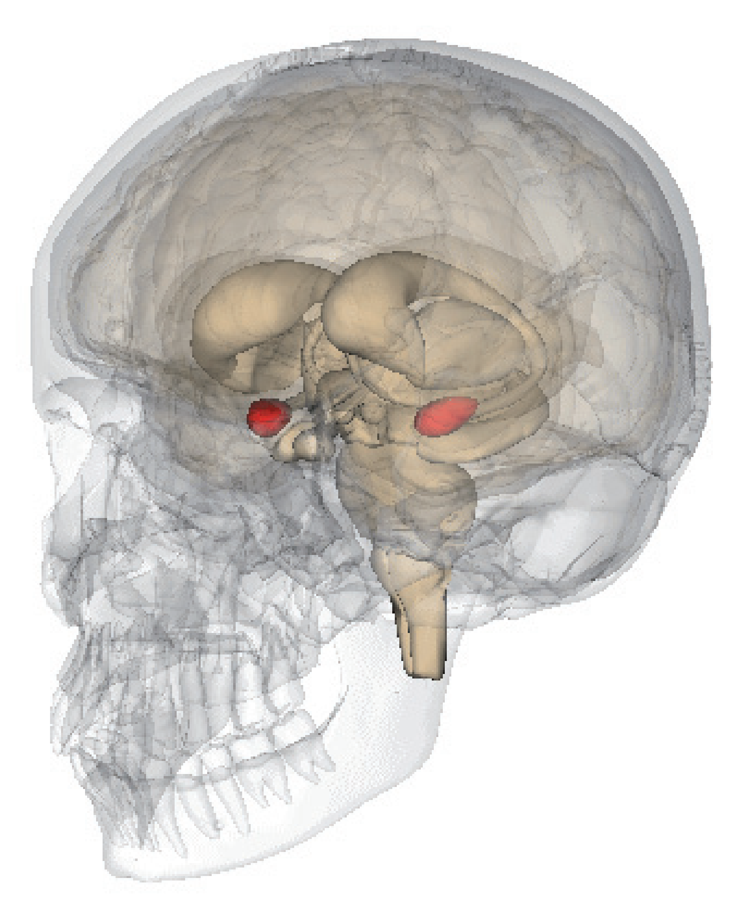
Bereits in den 1970er Jahren und damit weit vor Entstehung der Neuroökonomie liessen verhaltenswissenschaftliche Forschungen Kritik an der Theorie des Homo Oeconomicus aufkommen: So zeigte der Psychologe und Wirtschaftsnobelpreisträger Daniel Kahnemann anhand des sogenannten Prinzips der Verlustaversion, dass Individuen Verluste stärker bewerten als Gewinne in derselben Höhe (Kahneman & Tversky, 1979). Man ärgert sich folglich mehr über den Verlust von 100 Franken, als man sich über den Gewinn von 100 Franken freut.

Doch lassen sich auch innerhalb der Neuroökonomie ähnliche Resultate finden? Das heisst: Sind spezifische Hirnareale bei dem Erleben eines Verlusts stärker aktiviert als bei dem Erleben eines Gewinns? Die Antwort liefern zahlreiche Forschungsergebnisse aus fMRT-Studien: Sowohl bei dem unmittelbaren Erwarten als auch bei dem Erleben von Verlustsituationen (nicht aber bei Gewinnsituationen) zeigen sich bei menschlichen Probanden signifikante Aktivitätssteigerungen der Amygdala (Hsu et al., 2005; Kahn et al., 2002). Dieses Hirngebiet (umgangssprachlich auch als Mandelkern bezeichnet) ist in der neurokognitiven Psychologie v. a. für die emotionale Bewertung von Gefahrensituationen bekannt. Die Amygdala ist somit wesentlich an der Entstehung von Angst beteiligt und beeinflusst unser Entscheidungsverhalten unbewusst, aber effizient. So sind Personen, denen die Amygdala operativ entfernt wurde, nicht mehr in der Lage, jegliche Form der Angst zu spüren oder Angst in den Gesichtern anderer Menschen zu erkennen (Adolphs et al., 1995). Ebenso lernen sie in risikobehafteten Spielen nicht, eine sichere Spielstrategie anzuwenden (Bechara et al., 1999). Zahlreiche neurowissenschaftliche Studien lassen also auf die wichtige Rolle der Amygdala in ökonomischen Situationen schliessen – ihre Aktivität hängt mit Furcht vor potenziellem Verlust zusammen.

Nicht nur die Tatsache der Amygdalabeteiligung rüttelt am Konzept des Homo Oeconomicus. Verschiedene andere Hirnareale konnten innerhalb des letzten Jahrzehnts durch die Neuroökonomie als «Entscheidungshelfer» identifiziert werden. So sind ebenso das sogenannte ventrale Stratium und insbesondere eine seiner Unterstrukturen, der Nucleus Accumbens, von äusserster Wichtigkeit in ökonomischen Entscheidungssituationen. Letzterer wird insbesondere in Belohnungssituationen aktiviert und ist zusammen mit anderen neuronalen Systemen für die Ausschüttung des Botenstoffs Dopamin (allgemein bekannt als Glückshormon) verantwortlich. Aufgrund dieser Funktion ist der Nucleus Accumbens auch in der Entwicklung von Suchtverhalten involviert. Bildgebende fMRT-Studien haben gezeigt, dass das Belohnungszentrum durch den Gewinn bzw. bereits durch die Erwartung des Gewinns von Geldbeträgen aktiviert wird – und dies umso stärker, je höher der Betrag ist (Knutson et al., 2004). Geld scheint folglich als eine Art direkter Verstärker zu fungieren, der eine signifikante Belohnungsreaktion im menschlichen Nervensystem auslöst, die nicht ohne Suchtpotenzial ist (Breiter et al., 2001). Doch kann der Nucleus Accumbens als «Geldareal» des Gehirns bezeichnet werden? Mehrere Studien verneinen diese Vermutung. Denn der Nucleus Accumbens reagiert nicht nur auf monetäre Verstärker: Aktivierungen erfolgten ebenso bei der Darbietung von wohlschmeckenden Speisen, Sportwagen, erotischen Fotografien und attraktiven Geschlechtspartnern

Homo Oeconomicus

Der Homo Oeconomicus (lat. = «wirtschaftender Mensch») bezeichnet ein Menschenbild, welches von wirtschaftswissenschaftlichen Disziplinen geschaffen wurde, um das menschliche Verhalten in ökonomischen Kontexten darzustellen. Es beherrscht seit den 1970er Jahren, implizit oder explizit, die theoretische Modellbildung der Wirtschaftswissenschaften und stellt damit eine ihrer wichtigsten Grundannahmen dar. Der Homo Oeconomicus handelt als egoistischer Nutzenmaximierer stets streng nach dem ökonomischen Prinzip: Er reagiert nur auf materielle Anreize, berücksichtigt in seinen wirtschaftlichen Entscheidungen keine persönlichen Präferenzen oder Emotionen und besitzt weiterhin eine allumfassende Information über die Marktsituation. Aufgrund der offensichtlichen Realitätsferne, wird die Korrektheit dieser anthropologischen Modellannahme zunehmend kritisiert.



Die Amygdala spielte eine zentrale Rolle in den frühen Studien der Neuroökonomie.

(Aharon et al., 2001; O´Doherty et al., 2003). (Ein Forschungsergebnis, das den Neologismus «Geldgeilheit» als Ausdruck massiven Strebens nach finanziellem Gütererwerb in einem anderen, wenn auch noch immer nicht nachvollziehbaren Licht erscheinen lässt.)

Die bisher zusammengetragenen Forschungsergebnisse weisen auf eine grundlegende Erkenntnis hin: Emotionale und v. a. unbewusst ablaufende Prozesse beeinflussen den Menschen in den unterschiedlichsten ökonomischen Entscheidungssituationen. Egal, ob es um die Transaktion von tausenden Billionen von US-Dollar in globalen Wirtschaftssystemen oder um mikaroökonomische Entscheidungen des Individuums beim alltäglichen Konsumverhalten («Kaufe ich ’ne Coke oder ’ne Pepsi?») geht: Es ist keineswegs eine rational kalkulierte Entscheidung. Der Homo Oeconomicus, definiert als universell informierter und streng nach dem Prinzip der Nutzenmaximierung ausgerichteter Egoist, existiert nicht. Es ist nichts weiter als ein theoretisches Modell, das wissenschaftlich längst überholt ist und mit äusserster Dringlichkeit revidiert werden sollte. Viel eher fällen wir unsere ökonomischen Entscheidungen basierend auf einem orchestrierenden Zusammenspiel mehrerer Hirngebiete, das uns unbewusst beeinflusst und grösstenteils noch unverstanden ist.

Letztlich bleibt die Frage, warum sich der Mensch eher von seinen Emotionen als von seiner Vernunft leiten lässt? Eine Antwort liefern evolutionspsychologische Überlegungen. George Loewenstein, Professor an der Carnegie Mellon University in Pittsburgh, äusserte sich folgendermassen: «Im Pleistozän gab es einfach keine Dinge wie Aktien. Menschen sind pathologisch risikoaversiv. Viele der Mechanismen, die unsere Gefühle steuern, sind eigentlich nicht wirklich gut an unser modernes Leben angepasst.» Unser Gehirn scheint folglich nicht für den modernen Geldhandel «gemacht» zu sein. Wenn es um die ökonomische Entscheidungsfindung bei Wertpapierspekulationen, Finanzinvestitionen usw. geht, sind Menschen aufgrund ihrer evolutionär bedingten neuronalen Beschaffenheiten zu rein rationalem Denken und Verhalten nicht fähig. Es überwiegen deutlich die automatisierten, unbewussten und basal gesteuerten Reaktionen.

Welche Empfehlungen können nun aufgrund dieser Überlegungen ausgesprochen werden? Zum einen scheint der Abschied vom Homo Oeconomicus unumgänglich. Vielmehr muss die Beteiligung emotionaler und basaler kognitiver Prozesse berücksichtigt werden, wenn es um die Erklärung oder gar um die Prognose menschlichen Verhaltens geht. Nur so kann sich den aktuellen Wirtschaftskrisen von einem wissenschaftlich fundierten Standpunkt aus genähert werden. Zum anderen sollten die neuesten Erkenntnisse der Neuroökonomie insbesondere für die Wirtschaftswissenschaften einen Ansatzpunkt für die Überarbeitung ihrer Modelle darstellen. Denn diese fussen grösstenteils noch immer auf der Idee des Homo Oeconomicus. Nicht nur konstante Forschung, sondern auch die Integration des erforschten Wissens ist nötig, um effiziente Lösungsansätze in Zeiten der Wirtschafts- und Finanzkrisen zu entwickeln. ■

Zum Weiterlesen

Glimcher, P., Camerer, C., Fehr, E. & Poldrack, R. (2008). *Neuroeconomics: Decision Making and the Brain*. London: Academic Press.

Reimann, M. & Weber, B. (2011). *Neuroökonomie. Grundlagen – Methoden – Anwendungen*. Wiesbaden: Gabler.

Camerer, C., Loewenstein, G. & Prelec, D. (2004). Neuroeconomics: Why economics needs brains. *Scandinavian Journal of Economics, 106*(3), 555–579.

«Oh Gott!» – Ein Handbuch «Psychologie der Spiritualität»?

«Was ist das denn?» Skepsis und Argwohn gegenüber einem Handbuch zur Psychologie der Spiritualität ist nicht nur von Seiten der Psychologie zu erwarten. Denn das Wort «spirituell» wird alltagssprachlich genauso kontrovers wie häufig verwendet. Kann – oder vielleicht sogar muss – die «Spiritualität» auch Gegenstand wissenschaftlichen Interesses sein?

Von Juliana Graf

Es folgt ein Einblick in das 2007 erschienene Buch von Anton A. Bucher, der an der Universität Salzburg Professor im Fachbereich Praktische Theologie und Religionspädagogik ist. Dies soll aus einer religionswissenschaftlichen Perspektive (siehe Infokasten) geschehen, in der Hoffnung, dass diese Wissenschaft das öde Sperrgebiet zwischen Theologie und Psychologie fruchtbarer machen kann.

Problematik des Begriffs «Spiritualität»

Der Religionswissenschaftler Richard King (2005) sieht die Handhabung von «Spiritualität» als wissenschaftlichen Begriff problematisch. Sein inflationärer, alltagssprachlicher Gebrauch zeugt von seiner vagen Bestimmtheit: Ist damit eine übernatürliche oder magische Erfahrung gemeint? Oder ein höheres Bewusstsein jenseits rein materieller Weltanschauung? Wie ist er von «Religiosität» zu unterscheiden? Hilfreich ist auch die sprachgeschichtliche Entstehung eines schwierig fassbaren Begriffs zu verfolgen. Demnach kommt «Spiritualität» vom lateinischen «spiritus», was sowohl Luft, Atem, Seele, Geist als auch Mut, Sinn und Begeisterung bedeuten kann.

Religionswissenschaft

Religionswissenschaft versteht sich als Kulturwissenschaft, die sowohl mit historischen, philologischen als auch sozialwissenschaftlichen Methoden arbeitet. Untersuchungsgegenstand können nicht nur verschiedene religiöse Traditionen sein, sondern auch allgemein Sinn- und Orientierungsangebote (z. B. westliche Yogazentren, Vegetarismus als alternative Lebensweise) (von Brück, 2007).
Im Unterschied zur Theologie wird in den Teildisziplinen Religionssoziologie, -ethnologie, -geschichte und -psychologie der Glaube, also Vorstellungen innerhalb von Religionen, nur deskriptiv, nicht normativ behandelt. Das konstruktivistische Paradigma fordert dazu auf, subjektive Wirklichkeiten und das daraus resultierende Handeln zu analysieren. Ein objektiver Beweis von etwas «Heiligem» oder «Übernatürlichem» kann nicht angestrebt werden, trotzdem werden religiöse Erfahrungen als psychische Realität anerkannt.

«Spiritualität» liegt im Trend

Eben weil Spiritualität in seinen vielfältigen Ausprägungen boomt, besteht nach Meinung von Bucher, aber auch des renommierten Entwicklungspsychologen Rolf Oerter, der das Geleitwort verfasst hat, die Notwendigkeit psychologischer Erforschung.
Ob Yoga, TCM (Traditionelle chinesische Medizin), Zen-Meditation, Selbstfindungs-Ratgeber oder eine der vielen NRMs (New Religious Movements) – der spirituelle Markt und die Sinnsuche-Kultur werden immer grösser, so der Soziologe Roof (2000) und der Religionswissenschaftler Gladigow (1995).
Laut einer soziologischen Studie (Roof, 1993; 2000) bezeichnet sich in den USA jeder Siebte als weder religiös noch spirituell. Die Zahl der «nur» Spirituellen (nicht Religiösen) steigt jedoch nicht nur in den USA (schätzungsweise 20 Prozent), sondern vor allem im stärker säkularisierten Mitteleuropa. In einer nicht repräsentativen Studie mit ausschliesslich Studierenden fand Bucher (2007) heraus, dass die «nur» Spirituellen sogar in dieser Stichprobe die grösste Gruppe bilden.
Dahinter steht häufig die Assoziation, dass Spiritualität vom freiheitlichen Suchen und Auswählen des Individuums aus verschiedenen Weltanschauungsangeboten geprägt ist. Im Gegensatz dazu wird Religiosität mit Dogmatik, Traditionalismus und Institutionsgebundenheit in Zusammenhang gesetzt, was eine spirituelle Religiosität aber nicht ausschliesst.

Wie kann man «Spiritualität» wissenschaftlich fassbar machen?

Buchers «Psychologie der Spiritualität» bekommt seinen Handbuch-Charakter durch die



Bildquelle: Juliana Graf

Sonderausstellung «Mystik» im Museum Rietberg in Zürich. Themenwahl und grosser Besucherzustrom bezeugen die Popularität von «Spiritualität».

umfassende Zusammenstellung wichtiger Studien und aktueller Ergebnisse, die v. a. aus dem angelsächsischen Raum stammen.
Zuerst wird ein Überblick über die qualitativen Studien gegeben. Im Einzelnen wurden unterschiedliche Personengruppen (u. a. Krebskranke, Palliativmediziner, Umweltaktivisten und Pensionisten) interviewt, wobei sehr unterschiedliche Konzepte von Spiritualität entwickelt wurden: Beispiele sind «Spiritualität als Selbsttranszendenz» (Niederman, 1999) oder «Spiritualität als Verbundensein mit der Natur» (McDonald, 2003). Als Kern aller Konzepte sieht Bucher den Begriff «connectedness»: Spirituelle Menschen seien sich ihrer Verbundenheit mit einer höheren Kraft (z. B. Gott), mit ihren Mitmenschen und der Natur sicher.
Auch in die Vielzahl von quantitativen Studien gibt Bucher Einblick. Eingegangen wird zum Beispiel auf die «Mystizismus»-Skala von Hood (1975) sowie den neuen «Index zum spirituellen Wohlbefinden» (Daaleman & Frey, 2004).

Neurologische, molekular-biologische und evolutionäre Erklärungsansätze

Bucher referiert auch das nicht unumstrittene neuropsychologische Experiment von Michael Persinger (2002), in dem der Schläfenlappen von Versuchspersonen in Form eines Helms elektromagnetisch stimuliert wurde und diese danach u. a. von «Out-of-body-Erfahrungen» oder «Gotteserfahrungen» berichteten. Auch die «Entdeckung» des «Gottesgens» (2004) durch den Molekularbiologen Dean Hammer, der die Spiritualität als angeborenen Instinkt enthüllt haben will, wird vorgestellt. Letztlich wird auch noch die Evolutionspsychologie herangezogen, die dem Merkmal «Spiritualität» als «angeborenem Sinn für Optimismus» einen Selektionsvorteil zuspricht (Alper, 2002).

Spiritualität: Entwicklung und Persönlichkeit

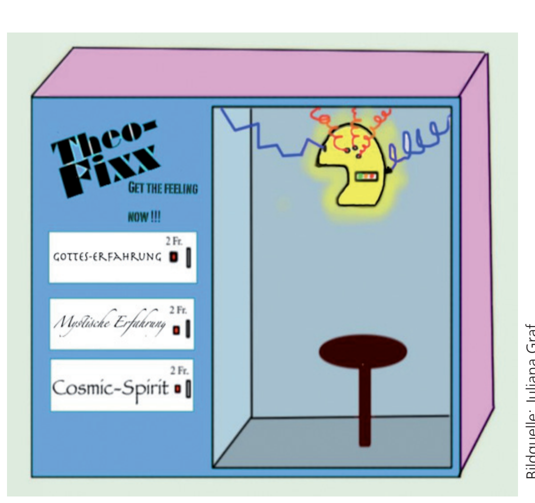
Bei den Entwicklungsmodellen, die eine spirituelle Entwicklung des Menschen zu erklären versuchen, unterscheidet Bucher zwischen spekulativen und solchen, die empirische Fakten zur Entwicklung von Spiritualität in den einzelnen Lebensphasen vorweisen können.
Unter erstere fällt zum Beispiel der Gedanke von den «30 Sprossen der Himmelsleiter», der von dem als heilig verehrten Johannes Klimakos aus dem siebten Jahrhundert stammte. Auch aussereuropäische Theorien, wie jene im Yoga, werden zu den spekulativen Theorien gezählt.
Ken Wilber, der ein bekannter Vertreter der integralen und transpersonalen Psychologie ist, entwickelte das Stufenmodell der individuellen Bewusstseinsentwicklung (2002), das an die kognitiven Entwicklungsstufen von Piaget anknüpft, aber in spekulativen Höhen eines Überbewusstseins und einer Transpersonalität mündet. Es folgen Entwicklungsmodelle zur Spiritualität in Kindheit, Adoleszenz, Erwachsenenalter und hohem Erwachsenenalter, die sowohl auf genetische und genderspezifische Faktoren als auch auf Krisenbewältigungsstrategien eingehen. Nach Piedmont (1999) sei Spiritualität ein weiteres eigenständiges Persönlichkeitsmerkmal neben den «Big Five».

Effekte von Spiritualität

Was die Auswirkungen einer spirituellen Denk- und Lebensweise betrifft, sind in den letzten Jahren die positiven Effekte mehr in den Vordergrund geraten, wie zum Beispiel gesteigertes Wohlbefinden, erhöhte Lebenserwartung, verringertes Risiko für kardiovaskuläre Erkrankungen (Doster et al., 2002). Andererseits kommt Bucher aber auch auf die möglichen negativen und sogar pathogenen Auswirkungen zu sprechen: Realitätsverlust bis hin zu Depersonalisation durch Meditation (Heise, 2005).

Bedeutung von Spiritualität im Bereich Psychotherapie

Im Feld der Klinischen Psychologie und Psychotherapie ist die religionskritische Haltung und Pathologisierung religiöser und spiritueller Erfahrungen zurückgegangen. Es existieren sowohl einige Studien zur Rolle der spirituellen Haltung des Therapierenden und des Patienten (Jordahl, 1990) als auch zum Einsatz spiritueller Elemente in der Therapie, wie Achtsamkeit (Rosenthal, 1990).



Bildquelle: Juliana Graf

Ein Automat, der spirituelle Erfahrungen für die Erlebnisgesellschaft produziert. Persingers «God Helmet» (2002) veranlasste die Verfasserin dieses Artikels zu der etwas irrwitzigen Idee, eine lukrative Marktlücke zu erschliessen.

Das Buch führt mit seiner gesellschaftlich aktuellen Thematik und seiner transparenten positiven Einstellung gegenüber Spiritualität wie auch seiner Offenheit für Kritik und kontroversen Psychologen, Psychotherapeuten und Theologen zusammen. Im interdisziplinären Dialog könnte die Religionswissenschaft durch Hinzugabe ihrer deskriptiven Begrifflichkeiten, dem konstruktivistischen Paradigma und ihrer kultur- und geschichtsspezifischen Denkweise einen vermittelnden und neutralisierenden Einfluss ausüben. Letzteres wirkt vor allem einer Universalisierung und Generalisierung von der Spiritualität als Phänomen entgegen. Denn jede spirituelle Erfahrung – sei sie auch biologisch erklärbar – steht in einem spezifischen kulturellen Umfeld. Und diese gilt es schliesslich zu verstehen. ■

Zum Weiterlesen

Bucher, A. A. (2007). *Psychologie der Spiritualität.* Handbuch. Weinheim, Basel: Beltz.
Henning, C., Murken, S. & Nestler, E. (Hrsg.). (2003). *Einführung in die Religionspsychologie*. Paderborn: Schöning.
Webseite der Arbeitsgruppe Religionspsychologie: http://psychology-of-religion.de/

Träume ans therapeutische Tageslicht bringen?

Die Arbeit mit Träumen hatte in den klassischen analytischen Therapien einen zentralen Stellenwert. Seitdem hat die Bedeutung der Arbeit mit Träumen in Psychotherapien eher abgenommen. Gleichzeitig hat die empirische Traumforschung an Zulauf genommen. Lässt sich aus ihren Befunden ein genuiner Nutzen ableiten, der dafür spricht, Träume wieder ans therapeutische Tageslicht zu bringen?

Von Moritz Pohlmann

Von Heraklit ist der Satz überliefert: «Die Menschen im wachen Zustand haben eine einzige Welt, die ihnen allen gemeinsam ist. Im Schlaf wendet sich jeder seiner eigenen Welt zu.» In seiner strengen Auslegung verweist der Spruch auf eine ultimative Grenze: *Wachen und Träumen finden in verschiedenen Welten statt. Zur Traumwelt hat man im Wachen keinen Zugang*. Eine offenere Auslegung hingegen könnte lauten: *In den Spuren von Träumen können wir einen Zugang zum Eigensten des/der Träumenden finden, das ihm/ihr und uns als Therapierenden im Wachleben ansonsten verborgen bleibt*. In diesem Sinne wurde der Traum u. a. in den berühmten Traumkonzeptionen von Freud und Jung verstanden. Freud (2010/1924) betonte dabei die Maskierung unbewusster, häufig sexueller Wünsche, die in der Analyse durch freie Assoziationen überwunden werden müsse, um zum latenten Traum und seinen Komplexen vordringen zu können. Jung (2001) fasste den Traum stärker als Gleichnis auf, das die Gegenwart, aber auch die Zukunft offenbart und uns kompensatorisch auf die nichtgelebten Aspekte unserer Person aufmerksam machen will. Heute spielen Träume – auch in tiefenpsychologischen Therapien – eine geringere Bedeutung. Zugleich floriert die empirische Traumforschung. Lässt sich aus ihren Befunden ein spezifisches Rationale für die Arbeit mit Träumen ableiten?

Die Entdeckung des REM-Schlafes

Eine der massgeblichen Entdeckungen der Traum- und Schlafforschung war, dass Träume – überwiegend, wenngleich nicht ausschliesslich – im REM-Stadium (REM = rapid eye movement) stattfinden (Hill, 1996). Das REM-Stadium wird pro Nacht vier bis sechs Mal durchlaufen. Wenn man den Träumenden allerdings weckt, sobald er in den REM-Schlaf zu sinken droht, versucht er immer wieder in ihn zurückzukehren. Bis zu 30 Mal kann er dann das REM-Stadium immer wieder erneut ansteuern (Cartwright & Lamberg, 1992). Die Entdeckung des REM-Schlafes impliziert damit zwei Schlussfolgerungen: Wir träumen noch mehr (Träume), als wir in der Regel beim Aufwachen erinnern. Und: Wir scheinen ein unbändiges, triebhaftes Bedürfnis nach dem Stadium zu haben, in dem wir träumen. Zu träumen, könnte man meinen, scheint ein Grundbedürfnis zu sein.



Bildquelle: Timo Honegger

Emotionalisierung und Lockerung der Assoziationen

Untersuchungen, in denen Träumer aus dem REM- bzw. Non-REM-Schlaf (NREM) geweckt und zu Träumen befragt wurden, offenbaren qualitative Unterschiede zwischen den zwei Stadien: Nicht nur träumen wir im REM-Schlaf fast immer und im NREM-Schlaf seltener; auch sind diese Träume bizarrer, emotionaler, bildhafter. Neurobiologisch scheint der Übergang vom NREM- ins REM-Stadium mit einer Deaktivierung aminerger (noradrenerger und serotonerger) und der Aktivierung cholinerger Erregungsmuster einherzugehen (Rodenbeck, Gruber-Rüther & Rüther, 2006). Die Aktivierung des serotonergen Systems geht mit kognitiver Kontrollierung, Strukturierung und Hemmung einher. Seine De-Aktivierung lässt Gedanken, Bildern und Gefühlen hingegen freien Lauf. Es kommt zu einer Lockerung von Assoziationen. Durch freiere Erregungsausbreitung werden Netzwerkmuster erreicht, die ansonsten gehemmt werden und deswegen verborgen bleiben (Rodenbeck et al., 2006).

> *«Dreams are especially helpful […] because they use images, metaphors, and stories that are idiosyncratic and provide a window into the person's way of constructing his or her reality […] Dreams often provide graphic illustrations of our difficulties in living.»* – Clara Hill.

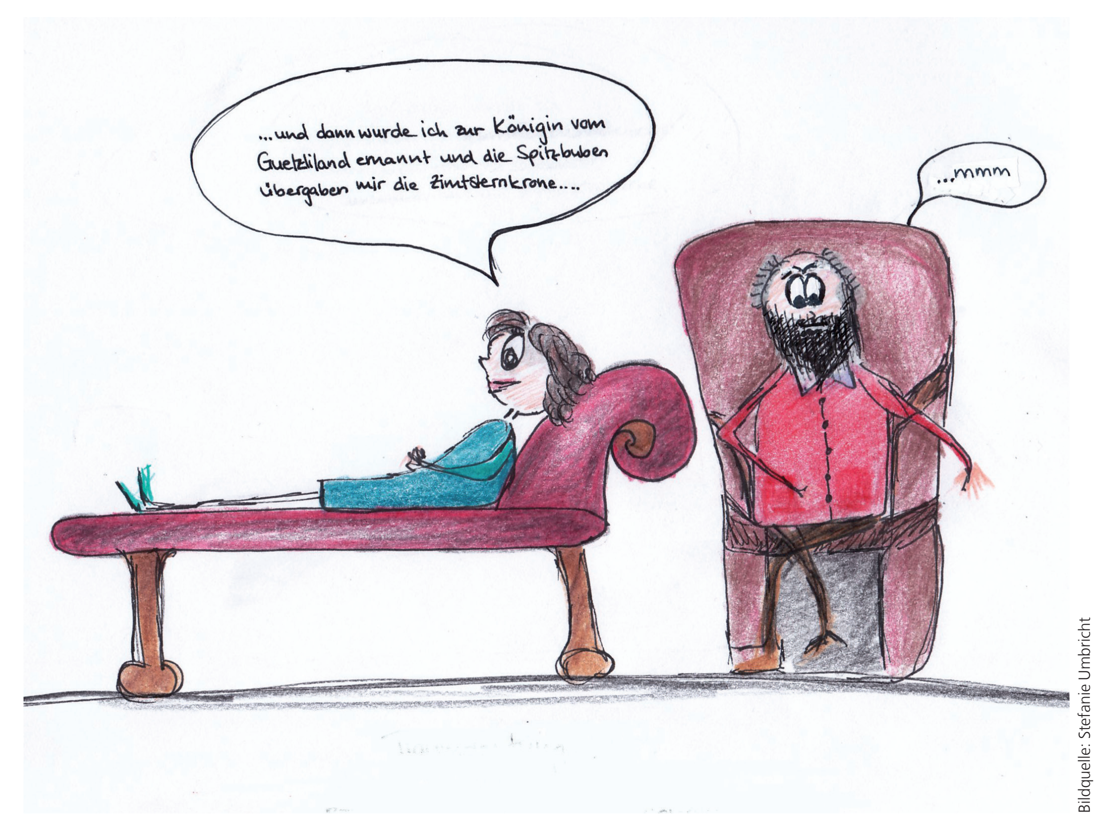
Kontinuitätshypothese

Dass es Erfahrungsspuren des Wachlebens sind, die in den REM-Schlaf einfliessen, darauf weist eine Vielzahl von Befunden hin: Menschen z. B, die mehr Auto fahren, berichten mehr Träume vom Autofahren (Schredl, 2006). Einhergehend mit der Veränderung von Rollenbildern und geschlechtstypischen Aktivitäten veränderten sich die Träume amerikanischer Frauen der 80er Jahre im Vergleich zu den Träumen amerikanischer Frauen in den 60er Jahren (Hill, 1996). Einen eindrucksvollen Beleg für die Kontinuität von Wach- und Traumerfahrungen bietet auch ein neueres Experiment an Mäusen, die am Tage ausführlich am Bart stimuliert worden waren: Im Traum replizierten sie das Erregungsmuster, das bei der Bart-Stimulation am Tage erfasst worden war (Rodenbeck et al., 2006). Besonderen Eingang in Träume scheinen Erfahrungen zu finden, die am Tag als emotional belastet erlebt worden waren (Hill, 1996). Versuchen Personen zudem die negativen Affekte, die mit belastenden Wacherfahrungen verbunden waren, vor dem Einschlafen zu unterdrücken, treten sie im Traum nochmals verstärkt auf (Rodenbeck et al., 2004). Träume scheinen uns darauf zu ver-

Hills Modell in der Praxis

Hills Modell der Traumarbeit besteht aus acht Unterschritten, die sich auf drei Phasen verteilen: 1. Exploration, 2. Deutung, 3. Verhalten. In der ***Explorationsphase*** ist der erste Schritt, den Traum zu erzählen bzw. aufzuschreiben, bevorzugt im Präsens, als ob er gerade passiere, Beispiel: «Ich laufe durch einen dunklen Wald. Äste reissen an meinen Kleidern. Ich bin ausser Atem und voller Angst, aber ich weiss nicht, warum ich renne». Im zweiten Schritt sollen die wichtigsten Elemente (Hill nennt eine Höchstzahl von 14 Elementen) gekennzeichnet werden, also z. B. «laufen», «dunkler Wald», «reissende Äste», «ausser Atem», «voll Angst», «nicht wissen warum». Zu jedem Element sollen im dritten Schritt Sinneswahrnehmungen und Gefühle nochmals genauer exploriert werden: *Erinnere ich mich an Gerüche oder Farben beim Laufen? Was fühlte ich beim Laufen?* Im vierten Schritt wird zu jedem Element frei assoziiert. Hilfsfragen können sein: *Was kommt mir als Erstes in den Sinn, wenn ich ans Rennen denke? Woran erinnert mich Rennen? Wie geht es mir, wenn ich ans Rennen denken?* Nachfolgend werden im fünften Schritt Bezüge a) zum Wachleben und b) zu Erinnerungen gesucht. a) *Gibt es etwas in meinem Wachleben, das den Details, Gefühlen und Assoziationen zu den Traumelementen ähnelt? b) Erinnern mich die Gefühle oder Bilder, die mit den Elementen verbunden sind, an irgendetwas, das ich in der Vergangenheit erlebt habe?* Nach der Exploration beginnt die ***Phase der Deutung*** (6. Schritt). Hill schlägt vier Deutungsebenen vor, wobei wenigstens zwei konsequent verfolgt werden sollten. Auf der Ebene der eigentlichen Traumerfahrung können Leitfragen sein: *Was zeigt mir meine Erfahrung im Traum?* (z. B. dass ich sehr schnell und körperlich war, was ich mir normalerweise nicht zustehe). Auf der Ebene kürzlich zurückliegender Erfahrungen wird gefragt: *Erkannte ich etwas wieder, was mich im Wachleben beschäftigt? Was zeigt mir der Traum in Bezug auf diese Erfahrungen?* Hilfsfragen für die Deutung auf der Ebene vergangener Erfahrungen können sein: *Wie beeinflussten Erfahrungen aus der Vergangenheit meinen Traum? Wie scheinen diese Erfahrungen miteinander verbunden zu sein?* Als vierte Ebene wird eine Deutung auf Subjektstufenebene vorgesehen: *Welche Anteile von mir zeigen sich* in den einzelnen Elementen (z. B. in den Ästen, die an meinen Kleidern rissen)? Auf die Einsichtsphase folgt die ***Handlungsphase***. Hill sieht zwei Veränderungsoptionen vor, a) auf Ebene des Traums, b) auf Ebene des Wachlebens. *a) Wenn ich den Traum ändern könnte, wie würde ich ihn ändern? b) Gibt es etwas in meinem Wachleben, das ich ändern sollte?* Als letzten optionalen Schritt schlägt Hill eine fortgesetzte Arbeit am Traum vor. Diese kann beinhalten: das Aufschreiben des Traumes in einem Traumtagebuch, einen Austausch mit einem anderen über den Traum oder die Durchführung eines Rituals (z. B. ein schwimmbares Gefäss in einen Fluss lassen, um damit das Loslassen von einer Beziehung zu symbolisieren).

weisen, was uns beschäftigt, und negativ erlebte Träume verweisen uns darauf, womit wir uns bewusst nicht beschäftigen mögen.
Dabei nehmen Forscher wie Hill (1996) und Cartwright (1992) an, dass Träume Wach-Erfahrungen nicht einfach repräsentieren, sondern einen aktiven Prozess darstellen, diese Erfahrungen in unsere vorhandenen Erfahrungsmuster einzugliedern, sie also zu assimilieren versuchen. Autoren wie Rodenbeck und Mitarbeitende (2006) gehen dabei von einem spielerischen Erproben neuer Affektmuster während des Traumes aus, das auch zu Neu-Lernprozessen während des Träumens führen kann. Wiederkehrende Alpträume werden in diesem Sinne als Überforderung der Traumfunktion verstanden, Wacherfahrungen zu assimilieren bzw. die aus dem Wachleben übernommenen Affekte im Traum erfolgreich zu regulieren.



Bildquelle: Stefanie Umbricht

Therapeutische Nutzung und empirische Bewährung

Aus diesen Grundannahmen einer aktiven Weiterverarbeitung werden unterschiedliche therapeutische Modelle abgeleitet. Das Modell von Hill (siehe Kasten) sieht dabei vor, Träume vor allem zur Klärungsarbeit zu nutzen. Durch die Traumarbeit könne häufig ein direkterer Zugang zu Problemzusammenhängen von Patienten geschaffen werden, um sie in der Therapie anschliessend bearbeiten zu können.
Andere Modelle (Cartwrigth & Lamberg, 1992; Rodenbeck et al., 2006) empfehlen verschiedene Arten von «Trainingsstrategien», um es Träumen zu erleichtern, ihre assimilative bzw. affektregulierende Funktion wieder erfolgreich zu erfüllen. Beispielsweise sollen hier Patienten lernen, ihre negativen Träume zu stoppen und imaginativ zu verändern. Oder Patienten werden angehalten, sich vor dem Einschlafen belastende Affekte einzugestehen, damit diese den Träumer im Schlaf nicht mehr überfordern.
Einige Effektivitätsstudien liegen vor allem zum Modell von Hill vor. Die Befunde deuten darauf hin, dass (für Übersicht Hill, 1996 und Schredl, 2006) die Einbeziehung von Träumen in die Therapie zu einer höheren Verarbeitungstiefe bei Patienten führen kann. Auch konnten positive Effekte im Selbstverstehen, nicht aber im Beschwerdeindex oder Selbstwertgefühl gemessen werden. Sitzungen mit Traumarbeit waren problemstrukturierten oder unstrukturierten Sitzungen ebenbürtig, wenngleich nicht überlegen.

Ein genuiner Nutzen?

Gibt es einen spezifischen therapeutischen Nutzen der Arbeit mit Träumen? Auch neuere Ansätze legen nahe: Die Arbeit mit Träumen kann einen besseren Zugang zum Patienten schaffen. Dies muss jedoch keine Zwangsläufigkeit sein: die Bedeutung des Traumes steht als solche nie von Anfang an fest. Sie muss im therapeutischen Prozess jeweils neu geschaffen werden. Deswegen ist es auch plausibel, dass in Wirksamkeitsstudien bisher keine spezifischen Effekte der Arbeit mit Träumen gefunden worden sind. Damit stossen wir an die Grenzen der objektiven Erforschbarkeit von Träumen und der Arbeit mit ihnen. Immer nur haben wir es mit Erinnerungen zu tun, deren Bedeutung davon abhängt, wie wir mit ihnen umgehen und was wir aus ihnen machen. Heraklit verwies bereits darauf, dass der Träumende in einer anderen Welt sei: In seiner eigenen, gänzlich subjektiven. Vielleicht können wir daraus eine spezifisch therapeutische Bedeutung der Arbeit mit Träumen ableiten: Dass der Träumende sich in einer Erlebnisdimension reiner Subjektivität wahrzunehmen lernt, eine Lebensrealität, die wissenschaftlich nie ganz dingfest zu machen sein wird. ■

Zum Weiterlesen

Gehring, P. (2008). *Traum und Wirklichkeit. Zur Geschichte einer Unterscheidung*. Frankfurt a. M.: Campus.
Hill, C. (1996). *Working with dreams in psychotherapy.* New York: The Guilford Press.
Wiegand, M. H., von Spreti, F. & Förstl, H. (Hrsg.). (2006). *Schlaf & Traum. Neurobiologie, Psychologie, Therapie.* Stuttgart: Schattauer.

Nehmen wir an, Karl liebt Anna …

… aber Anna weiss es noch nicht. Im Gegenteil, mehr als ein beiläufiges Kopfnicken hat sie für Karl nicht übrig. Dagegen ist sie häufig mit Fritz oder Franz unterwegs.

Von Brigitte Boothe



VERFÜHRER HANDBUCH

Trick #3 – Möglichst tief in die Augen schauen

Bildquelle: Amir Moye

Anna sitzt zwischen den Psychologievorlesungen manchmal in der Cafeteria. Einmal kommt Karl und bringt ihr ein Lehrbuch, das sie im Hörsaal vergessen hat. «Mir macht es auch keinen Spass, das zu lesen», sagt er lächelnd. Und sie antwortet: «Ja, ich wollte es wohl loswerden.» Die Gelegenheit ist da, ein paar Scherze zu machen; Karl zeigt Witz, Anna scheint amüsiert. Er lässt dann durchblicken, dass er mit ein paar Leuten aus seiner Lerngruppe zur Psycho-Party geht. Ob sie auch kommt? Ja, sie kommt auch, mit Fritz, Franz und Ilse. «Eine gute Band kommt», erwähnt Karl, der sich vornimmt, mit Anna zu tanzen, sie zum Lachen zu bringen und erfolgreich aus dem Fritz-Franz-Ilse-Nest zu locken.

Das Locken. Das Verführen. Die eigene Person für das Gegenüber interessant machen, geht nur durch Locken. Karl lockt Anna erst einmal mit seinem Engagement für ihre Angelegenheiten. Dass er Anna das vergessene Buch bringt, zeigt Einsatz zu ihren Gunsten. Dann wagt er sich hervor mit einer Bemerkung über ihre Pflichtvergessenheit durch Lese-Abneigung. Doch nennt er nicht Anna vergesslich und unlustig, sondern er selbst hat «keinen Spass, das zu lesen». Er inszeniert geschickt Verlegenheitsersparnis für die Vergessliche, wenn er sich selbst an ihrer statt ins Spiel bringt und eigene Lektüreunlust formuliert: Ich, Karl, bin es, der an diesem Lehrbuch kein Vergnügen hat; ich, Karl, würde gut verstehen, wenn es dir ähnlich geht. Kein Wunder also, wenn das Buch im Hörsaal liegen blieb. Karl lächelt, das macht seine Offerte einer Komplizenschaft zum Spiel. Jetzt lässt sich Anna frei von Verlegenheit auf die Anspielung einer Freud'schen Fehlleistung ein: Ja, ich wollte es wohl loswerden.

So wird das triviale Kleinereignis zum Intimisierungsentrée: Karl lockt mit der Einladung, für eine bestimmte Abneigung Verständnis aufzubringen, sie sogar zu teilen. Ein dyadisches Komplott gegen saure Pflicht zugunsten sorgloser Lust. Diese Botschaft ist eine charmante «Verlockungsprämie» in der Verführung zur Liebe, um eine Wortschöpfung Freuds zu nutzen. Der Übergang zu weiteren Lustbarkeiten ist zwanglos. Als Erstes zeigt Karl Prachtgefieder in Form von Witz und Scherz, sein Kopf taugt also, soll Anna merken, nicht nur fürs «Chrampfe» und «Hirne», sondern auch als geistiges Potenzial im weiteren und unterhaltenden Sinn. Und man könnte sich ja demnächst im Fest- und Tanzambiente treffen, da kann man testen, ob das Kopf-und-Körper-Vergnügen mehr als zehn Minuten lustig bleibt und sogar neue Überraschungen bietet.

Karl als der Verführungsinitiator, der um eine geliebte Person wirbt, setzt ein prototypisches Repertoire ein, den Fünferpack des Liebeszaubers:

(1) Er engagiert sich für die Relevanzen und Präferenzen der Geliebten.

(2) Er präsentiert sich mit Vorzügen der eigenen Person, die für die Präferenzen und Relevanzen der geliebten Person hoffentlich bedeutsam sind.

(3) Er würzt den Kontakt mit Vergnügen.

(4) Er kommuniziert eine Intimisierungsofferte, eine Verlockung dyadischer Verschworenheit, die im Hintergrund bleiben oder bei passender Gelegenheit deutlich werden kann.

(5) Er weckt Appetit auf seine Person, verrät aber die Ingredienzien der Speise nicht. Nach dem Abschied aus der Cafeteria soll gleichsam ein Köder gelegt sein, eine geheimnisvolle Erinnerungsspur, die Anna diesmal nicht vergisst.

Der Fünferpack des Liebeszaubers hat Zusatzwert: Er verbessert soziale Intelligenz. Wer um den Anderen wirbt, muss geistig so fit werden, dass er die Angelegenheiten des Anderen erkennt und sich ein brauchbares Bild macht. Er leistet Manipulationsverzicht. Er achtet das Recht der geliebten Person, ihn zurückzuweisen und andere vorzuziehen. Er mobilisiert Courage, um Niederlagen einzustecken. Er lässt sich etwas einfallen, wenn es grad nicht weitergeht. ■

Warum ist Liebe vergänglich?

Was bedeutet Liebe und warum scheitern so viele Beziehungen? Diesen Fragen widmet sich der folgende Artikel unter der Betrachtung von Sternbergs Dreieck-Modell (1986) sowie dem Liebeskonzept des jüdischen Philosophen und Rabbiner Dessler (1996).

Von Simon Lang

«Die Liebe» – ein grosses Wort, das mit euphorischen Glücksgefühlen, Geborgenheit, Wärme, Zweisamkeit, Partnerschaft, aber auch mit Schmerz und Trauer assoziiert wird. Die Liebe ist das Thema sowohl im Alltag als auch in der Kunst und Wissenschaft. Mit Anspannung, Interesse und Neugier verfolgen wir, wie unsere Liebesbeziehung, die Liebesbeziehung von Freundinnen und Freunden und auch die von Prominenten entstehen und wie schnell sie wieder auseinanderfallen. Auch im Bereich der Emotionen beobachten wir, wie mächtig die Liebesgefühle am Anfang sind, aber dennoch nach einer gewissen Zeit der Beziehung scheinbar unvermeidlich verschwinden.
Warum schwinden die Gefühle? Haben wir uns einen falschen Partner ausgesucht? Lieben wir die Person nicht mehr? Können wir kontrollieren, in wen wir uns verlieben? Kann man uns einen Vorwurf machen, wenn wir uns in jemand anderen verlieben und dann fremdgehen? Im Englischen gibt es die Redewendung «falling in love»: Haben wir wirklich gar keine Kontrolle darüber, wo unsere Gefühle «hinfallen»? Welche Gründe gibt es dafür, dass 54 Prozent der Ehen in der Schweiz nicht durch den Tod, sondern durch den Richter geschieden werden (BfS, 2010)?
Wie verstehen wir das Wort Liebe? Wenn man nach einer Definition gefragt wird, fallen schnell klischeehafte Beschreibungen: Der Partner sei für einen da, man könne schöne Zeiten zusammen erleben, man denke konstant an den anderen und der Partner würde einen verstehen.
Werden wir gefragt, ob wir die Partnerin/den Partner lieben, so mögen wir reflektieren, was sie/er momentan für uns bedeutet und welche Gefühle sie/er in uns auslöst. Wenn Glücksgefühle, Wärme, Geborgenheit, sexuelle Erregung etc. dabei erweckt werden, wird der/die Gefragte diese Frage höchst wahrscheinlich bejahen. Wenn keine positiven Gefühle vorhanden sind, wird man sich wohl eingestehen müssen, dass man den anderen nicht mehr liebt.
Nach diesem Beispiel ist man zum Schluss geneigt, dass Liebe eine versteckte Manifestation von Selbstliebe bzw. Selbstgefälligkeit ist: Es existiert jemand (die geliebte Person) oder etwas (Emotionen), der oder das bewirkt, dass wir uns gut fühlen. Überspitzt formuliert kann behauptet werden, dass dieses Verständnis von Liebe stets durch Egoismus entsteht. Es geht uns um das eigene Wohlbefinden, um die Frage «Wie fühle ich mich?». Wenn die oben erwähnten, positiven Gefühle vorhanden sind, dann sind wir der Überzeugung, den Partner/die Partnerin zu lieben, aber die eigentliche Wahrheit ist, so gesehen, dass sie/er mir gut tut, mir etwas gibt. Dies ist aber bei Weitem nicht die einzige Möglichkeit, Liebe zu konzeptualisieren.

> *«Du und ich: Wir sind eins. Ich kann dir nicht wehtun, ohne mich zu verletzen.»* – Mahatma Gandhi

Nach dem berühmten Dreieck-Modell von Sternberg (1986) wird die Liebe in drei Komponenten aufgeteilt: Intimacy (Vertrautheit), Passion (Leidenschaft) und Decision/Commitment (Festlegung/Bindung). Sternberg behauptet, jede Beziehung besitze diese drei Elemente, der Unterschied läge nur in der Ausprägung der einzelnen Komponenten. Eine Beziehung zu Geschwistern hat einen hohen Anteil an Vertrautheit, die Liebe zu einem Kind hat ein sehr hohes Mass an Festlegung. Die Beziehung zum Partner hingegen hat eine grössere Komponente an Leidenschaft. Gemäss dem Dreiecksmodell müssen die Beziehungen kein gleichschenkliges Dreieck bilden. Jede Beziehung hat eine oder zwei Achsen, die etwas länger sind.
Sternberg schrieb auch, dass man über die Komponente Leidenschaft am wenigsten Kontrolle verfügt. Wir können das Entstehen und Abklingen von Leidenschaft gar nicht oder nur sehr schwer kontrollieren. Am meisten könne man die Bindung kontrollieren, weil diese Komponente eine kognitive Entscheidung benötigt. Sternbergs Text ist des Weiteren zu entnehmen, die Komponente Vertrautheit werde umso unbedeutender, je länger die Beziehung dauert.
In diesem Artikel ist es mir ein Anliegen, zwischen der «romantischen Liebe» und dem, was in der jüdischen Philosophie unter der «wahren Liebe» verstanden wird, zu unterscheiden. In Letzterem beziehe ich mich auf Rabbiner Eliyahu Eliezer Desslers Werk «Michtav me»-Eliyahu (engl. Strive for truth) und Rabbiner Dr. Akiva Tatzs «Living Inspired». Die romantische Liebe beinhaltet die Eigenschaften wohltuender Emotionen. Gemäss dem Modell von Sternberg wären die Komponenten Leidenschaft und zum Teil auch die Vertrautheit die Schwerpunkte der romantischen Liebe. Wahre Liebe hingegen ergibt sich nach Dessler hauptsächlich durch die Fähigkeit zur Bindung.
Romantische Liebe ist jener Teil der Beziehung, bei dem das eigene Ego hinsichtlich wohltuender und aufregender Gefühle am meisten profitiert. Die Emotionen sind überwältigend, verschwinden aber auch sehr schnell wieder. Gefährlich ist, wenn das als die einzig mögliche Liebe missverstanden wird und Menschen enttäuscht von einer Beziehung zur anderen hüpfen, um auch diese bald wieder zu verlassen. Die romantische Liebe klingt mit der Zeit ab und unsere Vorstellung bringt uns zum Schluss, dass wir die Partnerin/den Partner nicht mehr lieben. Aber es gibt noch die Festlegungskomponente und die wird massiv unterschätzt. Gerade bei älteren Paaren, kann davon ausgegangen werden, dass die Komponenten Vertrautheit und Festlegung an mehr Bedeutung gewinnen als die leidenschaftliche Komponente. Die verschiedenen Komponenten sind nicht disjunkt, sondern greifen ineinander über. Jedes Dreieck besteht aus allen drei Seiten.
In der hebräischen Sprache ist das Wort für Liebe «Ahava». Eine weitere Bedeutung des Wortstamms ist mit dem Verb «geben» übersetzbar.



Bildquelle: Adrian Oesch

Der hebräischen Wortbedeutung nach ist wahre Liebe eng an den Akt des Gebens geknüpft. Die romantischen Aspekte von Liebe, die vor allem für das eigene Ego wohltuend sind, sind demnach nicht die Liebesessenz.

Romantische Liebe eröffnet den Raum für starke Emotionen, die nach ihrem Abklingen ein Vakuum hinterlassen. Das Ziel ist, gemäss Rabbiner Dessler (1996), mit unseren eigenen Mitteln, mit Investition und Selbstlosigkeit, eine ähnliche Gefühlsintensität wiederzuerlangen oder sie gar zu steigern.

Dieses Konzept wird verständlicher, wenn wir uns mit dem Phänomen der Inspiration befassen. Inspiration funktioniert ähnlich: Zuerst ist ein hohes Mass an Impulsivität, Verlangen und Begehren vorhanden. Mit der Zeit wird der Impuls aber immer kleiner, bis er am Schluss ganz verschwindet. Auch in diesem Zusammenhang liegt es an uns und unserer Investition, wieder ein Gefühl herbeizuführen, das nicht nur langfristiger, sondern auch tiefer und solider ist.

Viele haben es erlebt: Die Maturitätsprüfung ist abgeschlossen, man entscheidet sich für einen Studiengang an der Universität und lässt sich für eine Fachrichtung einschreiben. Bei der Auswahl des Studiums und bei Semesterbeginn stellt man sich vor, wie man das Studium eines Tages bestehen, den entsprechenden Titel bekommen und später in diesem Gebiet arbeiten wird. Viele Studierende sind zu Beginn des ersten Semesters hoch motiviert. Diese positiven Gefühle verwandeln sich schnell in Stress, Druck und Angst vor Prüfungen oder Versagen. Die wohltuende und berauschende Begeisterung verschwindet und hinterlässt Leere. Wenn aber die Schlussprüfung bestanden ist, kommen Stolz, Befriedigung, Genugtuung und ein erhöhtes Selbstwertgefühl auf – Gefühle, die viel tiefer und stabiler sein können als die intensiven, dennoch fragilen Emotionen der Inspirationsphase.

Mit der romantischen Liebe verhält es sich ähnlich. Anfangs existieren überwältigende, berauschende Emotionen, man möchte die ganze Welt umarmen und sieht sie durch eine rosarote Brille. Aus Perspektive der jüdischen Philosophie, wie sie von Dessler (1996) vertreten wurde, ist romantische Liebe gottgegeben, und zwar nur für kurze Zeit. Dann ist es die Aufgabe des Menschen, die gleiche Intensität der Gefühle durch seine eigene Kraft wiederzuerlangen – wie beim Phänomen der Inspiration. Die schwindende romantische Liebe hinterlässt so einen Raum, in dem nun die wahre Liebe Platz einnehmen kann. Diese wahre Liebe entwickelt sich langsam und über eine längere Zeit, bis eine vergleichbare Intensität von Emotionen vorhanden ist, wie sie einst zu Beginn der Beziehung bestand. Sollte dieser Level der Gefühle wieder erreicht werden, wird aus Perspektive der jüdischen Philosophie angenommen, dass diese Emotionen von deutlich mehr Stabilität und Tiefe gekennzeichnet sind.

Warum also zerbrechen so viele Beziehungen nach relativ kurzer Zeit? Die jüdische Philosophie antwortet uns damit, dass wir als romantisch Verliebte Selbstliebe mit wahrer Liebe für den anderen verwechseln. Letztere wird als menschliche Eigenleistung, die aus wiederholtem Geben besteht, gesehen (Dessler, 1996). Sobald die positiven Emotionen der romantischen Beziehung sich in Luft auflösen, kommen wir fälschlicherweise zum Schluss, dass wir unseren Partner nicht mehr lieben. Leider unterschätzen und vernachlässigen wir viel zu oft die einzige Komponente, die wir kontrollieren können – die Festlegung. ■

Zum Weiterlesen

Dessler, E. (1999). *Strive for truth!* Bd. 1. Jerusalem: Feldheim Publ.

Sternberg, J. S. (1986). A Triangular Theory of Love. *Psychological Review: 93*(2), 119–135 .

Tatz, A. (1993). *Living Inspired.* Feldheim: Targum Press.

Wieso wir anderen die Schuld geben sollten

Tag für Tag suchen wir nicht nur für das Verhalten Fremder, sondern auch für unser eigenes Erklärungen. Je nach Wahrnehmung unterliegen diese jedoch Verzerrungen. Im Folgenden zeige ich auf, wie wir nach Ursachen suchen und weshalb uns nie eine Schuld trifft … oder doch?

Von Stefan Rohner

Grundlegende Theorie

Die Attributionstheorien bestehen aus einer Ansammlung von Ideen und Konzepten, die sich mit der Frage beschäftigen, wie sich Menschen Verhalten erklären – sei es ihr eigenes oder das ihrer Mitmenschen. Gemäss Fritz Heider, der allgemein als Begründer dieser Theorie gilt, ist der Mensch stark dazu motiviert, die persönlichen Dispositionen seiner Mitmenschen herauszufinden, die deren Verhalten erklären (J onas, Stroebe & Hewstone, 2007, S. 76).

Also bilden wir uns im Alltag Kausalzusammenhänge, indem wir versuchen, genau jene Dispositionen zu ergründen. Was möglicherweise jedoch ausser Acht gelassen wird, ist, dass das Verhalten der beobachteten Person nicht dispositional, sondern in der Situation verankert ist – das heisst also, dass wir den erschlossenen Dispositionen viel mehr Gewicht zuschreiben als der Situation in Bezug auf die Handlung. Diese Verzerrung wird in der Literatur als *fundamentaler Attributionsfehler* bezeichnet. Diverse andere Verzerrungen werden weiter unten im Artikel behandelt. Gemäss dieser Theorie können wir auf verschiedene Objekte attribuieren – uns selbst, andere und *Entitäten*, wobei das Ziel der Attributionstheorie ist, «die Erklärung, die Beobachter/-innen für das Verhalten anderer finden» (Werth & Mayer, 2008, S. 135), zu erklären und zu verstehen.

Distinktheit
Informationen darüber, wie ein Handelnder unter ähnlichen Umständen auf unterschiedliche Entitäten reagiert.

Konsensus
Informationen darüber, wie sich unterschiedliche Handelnde gegenüber einer Entität verhalten.

Konsistenz
Informationen darüber, ob sich das Verhalten des Handelnden gegenüber einer Entität in verschiedenen Situationen unterscheidet.

Weiterführende Theorien

Basierend auf der Attributionstheorie, die dispositionale Schlussfolgerungen als grundlegend postuliert, haben verschiedene Forschende ihre Konzepte formuliert. Im Folgenden soll zuerst auf die Konzepte des *Kovariationsprinzips* und der *Konfigurationstheorie* sowie der *Theorie der korrespondierenden Schlussfolgerungen* eingegangen werden und dann auf das für uns wichtige Konzept der *leistungsbezogenen Attribution*.

Theorie der korrespondierenden Schlussfolgerungen

Jones und Davis haben in ihrer *Theorie der korrespondierenden Inferenzen* (Jones & Davis, 1965) postuliert, dass «einer der wichtigsten Faktoren bei der Attribution die Bewertung der Intentionalität» ist (zit. nach Hayes, 1993, S. 31). Demzufolge zwängt sich die Theorie jedoch selbst in einen relativ kleinen Anwendungsbereich, nämlich den der *Personenattribution*, da Entitäten keine Absichten oder Dispositionen zugeordnet werden können (Witte, 1994, S. 309).

Gemäss ihrer Theorie schliessen Beobachter aus Verhalten auf Dispositionen, weil «diese mit den charakteristischen Merkmalen des Verhaltens korrespondieren, ihnen also entsprechen» (Jonas, Stroebe & Hewstone, 2007, S. 77). Beispielsweise attribuieren wir den Kauf einer Kamera durch die Kollegin auf ihre Disposition, Freude an Fotografie zu haben.

Ein wichtiger Punkt dabei ist, dass die *Wahlfreiheit* der beobachteten Person zu jeder Zeit gegeben sein muss, denn ist sie es nicht, so können wir nicht, so wie die Theorie postuliert, korrespondierende Dispositionen ergründen, da wir nicht sicher sein können, dass sie tatsächlich korrespondieren resp. dem Verhalten entsprechen (Witte, 1994, S. 309–310; Jonas, Stroebe & Hewstone, 2007, S. 78).

Kovariationsprinzip und Konfigurationstheorie

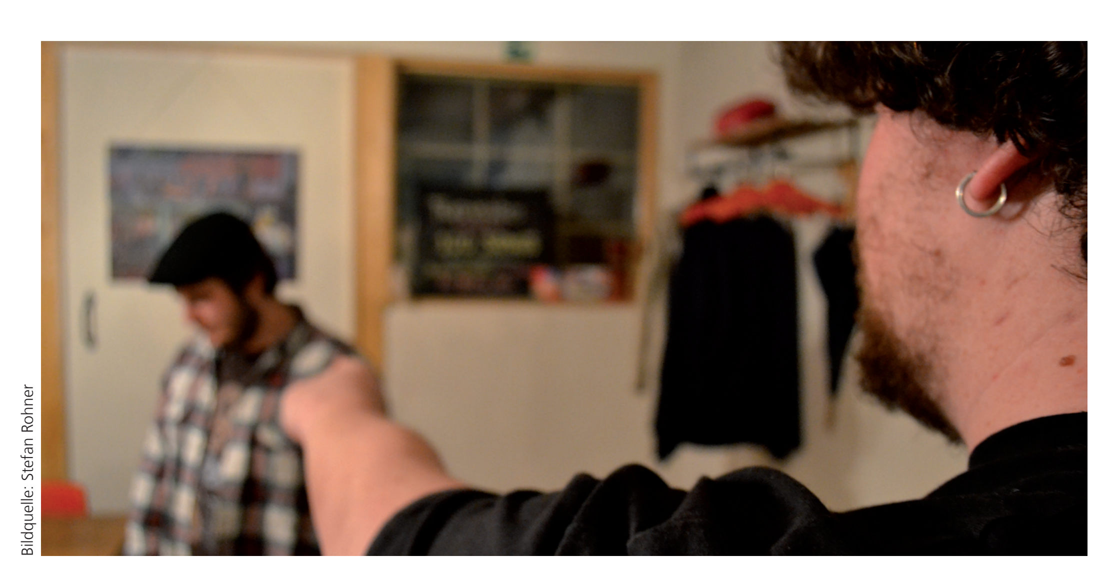
Kelly (1967) hat eine Theorie formuliert, in deren Zentrum das *Kovariationsprinzip* steht. Es wird postuliert, dass Personen ein Verhalten nach gewissen Kriterien resp. anhand zur Verfügung stehenden Informationen beurteilen und so zu einer systematisch fundierten Attribution gelangen (Herkner, 1993, S. 16). Genauer gesagt heisst dies, dass ein Ereignis (resp. ein Verhalten in einer gewissen Situation) auf diejenige seiner möglichen Ursachen zurückgeführt wird, mit welcher es über die Zeit kovariiert (Herkner, 1993, S. 16). Somit werden Kausalbeziehungen gebildet und ein Ereignis erklärt.

Die Informationen, welche gegeben sein müssen, sind *Distinktheit, Konsensus und Konsistenz* (Herkner, 1993, S. 17). Diese Variablen haben jeweils dichotome Ausprägungen und aus der Zusammensetzung resp. der Kombination der Stärkegraden dieser Variablen kann folglich zwischen *Personen-, Kontext- oder Entitätsattribution* sowie Attribution auf Interaktion zwischen Person und Entität unterschieden werden (Jonas, Stroebe & Hewstone, 2007, S. 81).

Das Kovariationsprinzip stösst allerdings an seine Grenzen, wenn nicht alle Informationen verarbeitet werden können, also eine *vollständige Attribution* nicht stattfindet, weil es an Motivation oder Zeit mangelt.

An dieser Stelle knüpft die Konfigurationstheorie an, welche besagt, dass in solchen Fällen auf *kausale Schemata* zurückgegriffen wird, um eine Attribution vorzunehmen. Diese kausalen Schemata – gelernte Annahmen über mögliche Ursachen eines bestimmen Ereignisses – sind relativ komplex und postulieren meistens eine Beziehung zwischen multiplen Ursachen, da in den meisten Fällen mehrere Ursachen für ein Verhalten verantwortlich sind (Herkner, 1993, S. 20–22).

Man mag sich jetzt fragen, wie all die oben genannten Theorien – plakativ gesprochen – dafür «sorgen» sollen, dass wir anderen die Schuld geben können. Tatsache ist, dass sie keine Berechtigung geben, irgendwem irgendwas in die Schuhe zu schieben. Denn Schuldzuschreibung ist ein Prozess, der sich jenseits jeglicher Attribution abspielt, da eine Schuldzuschreibung ein aktiver


Bildquelle: Stefan Rohner

Prozess ist und Attributionen automatisch stattfindet. Aber dennoch wollen wir die Theorien betrachten, die, falls wir doch einen «Schuldigen» haben wollen, uns Rückhalt bieten.

Leistungsbezogene Attribution

Basierend auf Heiders grundlegender Attributionstheorie (1958) hat Weiner eine Theorie entworfen, welche sich spezifisch mit der Attribution in Leistungssituationen im Zusammenhang mit Erfolg und Misserfolg auseinandersetzt. Er postuliert in seiner Theorie der leistungsbezogenen Attribution, dass «unsere Schlussfolgerungen über die Ursachen von Erfolg und Misserfolg einen unmittelbaren Einfluss auf künftige Erwartungen, Motivationen und Emotionen haben» (Jonas, Stroebe & Hewstone, 2007, S. 85). Laut dieser Theorie werden *vier verschiedene Ursachen für Erfolg* resp. Misserfolg in Betracht gezogen: Fähigkeit, Anstrengung, Aufgabenschwierigkeit und Glück. Im Zusammenhang mit den *drei Informationsdimensionen* (Lokation, Stabilität, Kontrollierbarkeit), welche diese Ursachenklärung beeinflussen, tritt je nach Person ein bestimmtes Attributionsmuster über die Zeit auf, welches, wie oben erwähnt, einen Einfluss auf künftige Motivationen, Emotionen und Erwartungen haben kann. Die Kombination der dichotomen Ausprägungen der Informationsdimensionen ergibt dann die vier verschiedenen Ursachen, welche in Tabelle 1 sichtbar sind (Witte, 1994, S. 307).

Tabelle 1 gemäss Witte (1994)
Kombination der Ausprägungen ergeben vier Ursachenerklärungen

	Lokalität	Stabilität	Kontrollierbarkeit
Fähigkeit	Intern	Hoch	Keine
Anstrengung	Intern	Gering	Grosse
Aufgabenschwierigk.	Extern	Hoch	Keine
Glück	Extern	Gering	Keine

Um dies anschaulich zu beschreiben, folgt hier ein Beispiel:
Sie haben soeben eine schwierige Prüfung abgelegt, für die Sie viel gelernt haben, und die Klausur «mit einem guten Gefühl» abgegeben.
Gehen wir vom Erfolg aus: die Prüfung wurde bestanden. Je nach Attributionsstil schliesst die Person auf andere Erfolgsursachen. Meint die Person beispielsweise, der Prüfungserfolg ginge auf einen externen, instabilen und unkontrollierbaren Faktor zurück, dann wird sie davon überzeugt sein, einfach nur Glück gehabt zu haben und sich in Zukunft in allen Lernbereichen stärker anstrengen zu müssen. Hat sie allerdings die Prüfung nicht bestanden, könnte sie beispielsweise meinen, der Misserfolg sei an einem internen, stabilen und unkontrollierbaren Faktor gelegen. Die Konsequenz des Gedankens wäre der Glaube, dass die Prüfung hinsichtlich der eigenen Begabung vielleicht doch zu schwierig war (Witte, 1994, S. 309; Jonas, Stroebe & Hewstone, S. 85).
Inwiefern hat sich jetzt etwas in der Betrachtung geändert? Bei den Theorien zur korrespondieren Schlussfolgerung und dem Kovariationsprinzip resp. der Konfigurationstheorie war es für uns immer möglich zu beobachten – also eine konkrete Rollenverteilung zwischen Beobachter und Beobachtetem. Im Falle der leistungsbezogenen Attribution ist diese Teilung nicht mehr möglich, denn dort verlassen wir unsere Position als «naive Wissenschaftler» und sind selbst Beobachter und Beobachtete zugleich! Somit wird für uns das Ergebnis der Handlung von Bedeutung (sogenannte *Ernstsituation*), da wir selbst zutiefst darin involviert sind (Witte, 1994, S. 309).
In diesem Zusammenhang ist zu sagen, dass wir, in Bezug auf die ‹Schuldfrage› resp. der Schuldzuweisung, dazu neigen, in leistungsbezogenen Ernstsituationen die Ursachenerklärungen so zu modifizieren, «dass z. B. Erfolge eher auf die stabilen Fähigkeiten der eigenen Person» und «Misserfolge dagegen auf die variable Bereitschaft» attribuiert werden (Witte, 1994, S. 309). Dieses *Prinzip der flexiblen Grenzziehung* (auch bekannt als *self-serving bias*) hat einen enormen Einfluss auf die Betrachtung von Attributionen, in denen eine klare Rollenverteilung gegeben ist.
Der grosse *Aha-Moment* liegt darin, dass eine selbstwertschützende und selbstwerterhöhende «Schuldzuschreibung» für das Individuum durchaus von Vorteil ist, sich aber nachteilig auf den zwischenmenschlichen Kontakt auswirkt (Witte, 1994, S. 309).

Fazit

Summa summarum lässt sich sagen, dass Attributionstheorien Schuldzuschreibungen erklären und «im Namen» des Selbstwertschutzes und der Selbstwerterhöhung sogar rechtfertigen. Dies legitimiert uns aber selbstverständlich nicht dazu, alles den anderen in die Schuhe zu schieben. Auch nicht, wenn wir am Abend vor der Prüfung noch bis spät in die Nacht in einem Club waren. Dann sind wir selber schuld und nicht der Clubbesitzer, der es versäumt hat, den Club beizeiten zu schliessen, so dass der seriöse Student noch früh genug ins Bett kommt. ■

XVI. Workshop Aggression

Im November 2011 fand an der Philipps Universität Marburg/Deutschland der XVI. Workshop *Aggression* statt. Ein Erlebnisbericht einer Psychologiestudentin über drei spannende Tage rund um das Thema Aggression.

Von Viviane Molitor

Bei dem diesjährigen Workshop *Aggression* war auch ich mit von der Partie. Die Ergebnisse meiner Bachelorarbeit wurden vorgestellt und es erfüllte mich mit Stolz, meinen Namen als Co-Autorin eines Beitrages im Tagungsprogramm lesen zu dürfen. Zugleich hatte ich aber auch etwas Bammel vor möglicher Kritik und Fragen von anderen Teilnehmenden. Immerhin waren unter ihnen auch Forscher und Forscherinnen, die sich bereits einen Namen gemacht haben. Glücklicherweise übernahm der Betreuer meiner Bachelorarbeit die Aufgabe, die Ergebnisse vorzutragen. Ich konnte mir demnach als «stille Beobachterin» ein Bild von der Lage verschaffen und erste Erfahrungen und Eindrücke in der Welt der Tagungen sammeln.

Der erste Abend meiner Ankunft startete in informellem Beisammensein. Da viele erst am zweiten Tag angereist sind, war die Gruppe sehr überschaubar. Die meisten Anwesenden kannten sich bereits von vorherigen Tagungen. Mein erster Eindruck erwies sich als sehr positiv: Es herrschte eine sehr lockere Atmosphäre. Auch waren sehr viele junge Leute anwesend. Nach dem gemeinsamen Essen beschloss ein Grossteil der Gruppe, das Beisammensein im nächstgelegenen Café fortzusetzen. Nach einem langen aber sehr lustigen Abend ging es nach Mitternacht (wenn auch nicht für alle) Richtung Hotel.

Der offizielle Tagungsbeginn am nächsten Morgen war glücklicherweise erst für 10:30 Uhr geplant. Man hatte demnach genug Zeit, bei einem ausgiebigen Frühstück erst einmal wach zu werden. Der Weg vom Hotel zum Tagungsort war von der Länge her genau richtig: Er reichte aus, um erste Eindrücke der schönen Stadt Marburg bei Tageslicht zu sammeln, ohne aber zu ermüden.

Der offizielle Teil der Tagung wurde durch die Begrüssung der beiden Organisatoren, Mario Gollwitzer und Ulrich Wagner, eröffnet. Anschliessend folgte der Vortrag einer Gastrednerin. Ich musste mich sehr anstrengen, um ihrem Beitrag in englischer Sprache und so ganz ohne Power-Point-Folien folgen zu können. Schnell merkte ich, dass ich wohl doch noch nicht so wach war. Nach der ersten Pause mit Kaffee und Kuchen verbesserte sich die Lage jedoch.
Es fanden anschliessend jeweils zwei Sessions à drei Vorträge parallel statt. Da die Beiträge jedoch thematisch sehr gut geordnet waren, fiel es, mit wenigen Ausnahmen, nicht schwer, sich für eine der beiden Sessions zu entscheiden. Es gab verschiedene Beiträge zu den Themen «Sexual Aggression», «Person-Situation Interaction» sowie «Intergroup Processes». Ich entschied mich für die beiden letzten Themengebiete. Obwohl ich mich anfangs an die sehr kurze Vortragsdauer von nur 15 Minuten gewöhnen musste, konnte ich den meisten Vorträgen ohne Schwierigkeiten folgen. Nach den jeweiligen Redebeiträgen blieb genug Zeit für Fragen und Kritik. Für mich als Neuling war es sehr interessant zu sehen, welche Fragen gestellt werden und v. a. wie die Referierenden versuchen, angemessen darauf zu reagieren.

Nach der zweiten Session beschloss ich, mich in mein Hotelzimmer zurückzuziehen. Nach sechs Beiträgen hintereinander hätte ich nur noch mit Mühe aufmerksam zuhören können. Ausserdem wollte ich ausgeruht sein für den letzten Beitrag sowie das anschliessende gemeinsame Abendessen.

Pünktlich für die Postersession war ich wieder im Tagungsgebäude. Nach einiger Zeit beschloss ich aber, mich doch eher dem Kaffee als den Postern zu widmen. Geplant war eigentlich, dass die jeweiligen Autorinnen und Autoren ihre Arbeit kurz vorstellen, nur leider waren einige von ihnen nicht an Ort und Stelle. Es wurde daher beschlossen, dass die Teilnehmenden sich selbst ein Bild der Arbeiten machen und anschliessend individuell Fragen stellen können. Demnach bildete sich ein Getümmel vor den Postern, so dass die Konzentration bei mir zu schwinden begann. Die nächsten Vorträge liessen nicht lange auf sich warten. Diesmal entschied ich mich für die Beiträge zum Thema «Media Violence», die bis 19:00 Uhr andauerten. Anschliessend fand ein gemeinsames Abendessen in einem nahegelegenen Lokal statt.

Der zweite und letzte Tag startete bereits um 9:00 Uhr. Heute war auch meine Arbeit an der Reihe. Obwohl ich nicht selbst vortragen musste, war mir vor Aufregung an diesem Morgen überhaupt nicht wohl. Vom ersten Beitrag habe ich daher nicht viel mitbekommen. Meine Aufregung besserte sich im Laufe des Vormittags, erreichte dann aber doch ihren Höhepunkt kurz vor Beginn unseres Vortrages. Ich versuchte mir nochmal alle Fakten und Ergebnisse meiner Arbeit ins Gedächtnis zu rufen, um für alle potenziellen Fragen gewappnet zu sein. Mein Betreuer hingegen schien geringere Probleme mit der Aufregung zu haben und hielt den Vortrag in seiner gewohnt lockeren Art und Weise. Es war sehr spannend und ich musste mir nochmal vor Augen führen, dass das, was dort präsentiert wurde, tatsächlich die Ergebnisse meiner Arbeit sind. Die 15 Minuten Vortragsdauer vergingen wie im Flug und ausser wenigen Anmerkungen seitens der Anwesenden blieben die von mir gefürchteten unangenehmen Fragen glücklicherweise aus. Erleichtert konnte ich mich auf die letzten Vorträge des Tages zum Thema «Aggression in Adolescence» freuen.

Langsam neigte sich die Tagung dem Ende zu. Gegen 15 Uhr erfolgte die Verabschiedung durch die Organisatoren des Workshops. Sie bedankten sich bei allen Anwesenden für die interessanten Vorträge und die anregenden



Bildquelle: Timo Honegger

Diskussionsrunden. Bei der Gelegenheit machte André Melzer von der Universität Luxemburg die Teilnehmenden auf den nächsten Workshop *Aggression* aufmerksam, der in Luxemburg stattfinden wird. Nach der Verabschiedung und dem Datum für das nächste Treffen im Gepäck, begaben sich die Teilnehmenden nach und nach auf die Heimreise. Trotz der zwei anstrengenden Tage überkam mich eine leichte Traurigkeit, dass der Workshop und die schönen Tage in Marburg so schnell zu Ende gingen.

Mein Fazit: Der Workshop *Aggression* hat sich für mich voll und ganz gelohnt und ich bin sehr dankbar dafür, dass ich dabei sein durfte. Der übersichtliche Charakter, die lockere Atmosphäre sowie die interessanten Beiträge, machten den Workshop zu einem spannenden Erlebnis. Daneben war es interessant, Forscher und Forscherinnen, deren Namen mir durch das Lesen von Literatur bereits bekannt waren, persönlich erleben zu dürfen. Ich kann den Workshop daher jedem empfehlen, der zum Thema Aggression forscht und/oder sich für dieses Themengebiet interessiert. Wer also vom 15.–17. Juli 2012 noch nichts geplant hat, sollte sich den Workshop Aggression in Luxemburg auf keinen Fall entgehen lassen. ■

Der Workshop Aggression wird seit 1997 von unterschiedlichen Universitäten aus verschiedenen Ländern, darunter u. a. Deutschland, Luxemburg und die Schweiz, organisiert. Ziel ist es, Forscher und Forscherinnen eine Plattform zur Diskussion aktueller Forschungsarbeiten rund um das Thema Aggression zu bieten.

Der nächste Workshop findet vom 15.–17. Juli 2012 an der Universität Luxemburg statt.
http://www.workshop-aggression.uni.lu
Kontakt: workshop-aggression@uni.lu

Vom Traum zum Trauma

Die Geburt eines Kindes ist wohl eines der wichtigsten Erlebnisse im Leben einer Frau. Oft ist dieses Erlebnis von absolutem Glücksgefühl begleitet. Jedoch gibt es immer wieder junge Mütter, für die der Traum nach der Geburt zerplatzt und die mit einer Postpartalen Depression zu kämpfen haben.

Von Melanie Contró Prado

Werdende Mütter sind, so stellen wir es uns meist vor, glücklich und voller Vorfreude auf das Neugeborene, das ihren Alltag bald auf den Kopf stellen wird. Dass die morgendliche Übelkeit nicht am Mittag aufhört, der wachsende Bauch die Beweglichkeit einschränkt und Wassereinlagerungen in den Füssen verhindern, dass die zukünftige Mama etwas Anderes als Crocs oder Flipflops über ihre Füsse bringt, weiss man zwar vielleicht vom Hörensagen. Dennoch lässt man sich leicht vom romantischen Bild der immer lächelnden und verzückt ihren Bauch tätschelnden Schwangeren beeinflussen.
Sicher: Ein Grossteil der Schwangerschaften verläuft tatsächlich ohne grössere Beeinträchtigungen. Mit Ankunft des neuen Erdenbürgers sind die Schmerzen der Geburt und die unangenehmen Seiten der Schwangerschaft vergessen oder rücken zumindest in den Hintergrund. Gut so, würde man sich denn sonst noch freiwillig auf dieses Abenteuer einlassen?
Die ersten Tage nach der Geburt sind nun ganz der Eingewöhnung an die neue Situation gewidmet. Der stolze Papa lernt, wie man Windeln wechselt und das schreiende Baby beruhigt, die stolze Mama ist mit Stillen und der Säuglingspflege beschäftigt.
Für die nicht wenigen Leidgeplagten aber kann die Vorfreude auf das Kind durch die zahlreichen körperlichen Veränderungen leicht getrübt werden. Nach der Geburt kommen plötzlicher Schlafmangel und all die Gefühle, die durch die Geburt und die neue Verantwortung ausgelöst werden, hinzu. Zusammen mit den hormonellen Veränderungen erfährt ein Grossteil der jungen Mütter – auch solche, die eine vergleichsweise unbeschwerte Schwangerschaft hinter sich haben – nach zwei bis fünf Tagen den Babyblues, die sogenannten «Heultage». Bei den meisten von ihnen ist der Spuk nach ein paar Stunden oder Tagen so schnell vorbei, wie er gekommen ist. Nun gibt es aber Frauen, bei denen ein Stimmungstief erst zwei Wochen oder sogar noch später nach der Geburt eintritt oder sich rasant verschlimmert. In diesem Fall handelt es sich um eine Postpartale Depression (PPD), eine «psychische oder Verhaltensstörung im Wochenbett».

Enttäuschungen

Karin (Name geändert) ist 24 Jahre alt, als sie den positiven Schwangerschaftstest in der Hand hält. Sie ist glücklich verheiratet, steht mit beiden Beinen im Berufsleben: Die Umstände für die Schwangerschaft scheinen perfekt. Diese verläuft auch problemlos, abgesehen von ein paar Wehwehchen wie Rückenschmerzen und Wassereinlagerungen. Am Morgen der Geburt geht sie glücklich ins Spital. Endlich hat sie Wehen und ist aufgeregt über die bevorstehende Geburt. Sie ist nun ihrem Traum von einer Wassergeburt ganz nah.

«Ich konnte beim Stillen keine Freude empfinden. Die Nähe zu meinem Sohn war mir zu viel.»

Nun erlebt sie aber die erste Enttäuschung: Die Wehen sind zu schwach, man schickt sie mit einem Medikamentencocktail wieder nach Hause. Die lange Warterei soll also weitergehen. Tapfer trinkt Karin das Gemisch aus Cognac, Orangensaft und Rizinusöl. Nach einem Spaziergang werden die Wehen plötzlich schmerzhafter, Karin fährt mit ihrem Mann zurück ins Spital. Es ist früher Nachmittag, und Karin hat plötzlich keine entspannenden Wehenpausen mehr, sondern ringt pausenlos mit dem Schmerz. Nach einer Untersuchung erfährt sie, dass die Geburt immer noch nicht weiter vorangeschritten ist als am Morgen. Wozu dienen dann die Schmerzen?
Karin möchte ihren Traum von der Wassergeburt wahr werden lassen und steigt in die Geburtswanne. Dort werden die Schmerzen noch schlimmer, also muss sie wieder heraus. Die Enttäuschung ist gross. Später bekommt sie ein Schmerzmittel, doch die wirkliche Erleichterung kommt erst mit der Periduralanästhesie (PDA). Endlich sind die Schmerzen weg, Karin kann etwas durchatmen. Als die Geburt endlich so weit fortgeschritten ist, dass der Kleine seinen Weg sucht, kann Karin wegen der PDA nicht mitpressen. Der Arzt macht daraufhin einen Dammschnitt und hilft mit der Saugglocke nach.
Als das Kind da ist, ist es bereits später Abend. Der erste Schrei – doch das Glücksgefühl bleibt weg. Karin sieht ihren Sohn nur von Weitem, die Ärzte müssen ihn beatmen. Karin liegt wie in Trance da, fühlt sich erschöpft und ausgeliefert. Erst nach einer Stunde kann sie ihren Sohn zum ersten Mal halten. Nun können sich Mutter und Sohn endlich kennenlernen, und die junge Familie wird bis zum nächsten Morgen alleine im Geburtszimmer gelassen.

Schwieriger Start

Am Morgen nach der Geburt kämpft Karin gegen eine starke Erschöpfung. Sie fühlt sich unwohl und völlig kraftlos. Ausserdem leidet sie unter den Nachwirkungen der PDA und kann deshalb ihre Beine nicht bewegen. Ihr Sohn ist hauptsächlich bei seinem Papa. Karin möchte ihn so gerne halten und sich um ihn kümmern.
Weil sie immer noch sehr schwach ist, wird Karin den ganzen Tag und auch die Nacht darauf im Geburtszimmer gelassen, Besuch wird ihr verboten. Die folgende Nacht ist sehr schwierig für sie. Sie fühlt sich alleine, immer noch am Ort des Geschehens, im Nebenzimmer schreit eine gebärende Frau. Die nächsten Tage verbringt sie endlich in einem Zweierzimmer, bloss teilt sie ihr Zimmer mit einer fremdsprachigen Frau, die Verständigung funktioniert nicht. Wieder fühlt sich Karin alleine. Sie kann nun zwar Besuch empfangen, aber sie fühlt sich zu schwach, um diesen wirklich zu geniessen. Eigentlich möchte sie nur nach Hause. Nachdem noch Stillpro-

bleme dazu kommen, sucht Karin das Gespräch mit der Hebamme. Zur Antwort bekommt sie nur: «Tun Sie doch nicht so, Sie hatten eine ganz normale Geburt.»
Als Karin endlich nach Hause kann, lebt sie wieder etwas auf. Doch dann werden die Stillprobleme ernster, Karin hat plötzlich hohes Fieber und eine Brustentzündung. Sie beschliesst drei Wochen nach der Geburt abzustillen, und ist froh, dass sie endlich nicht mehr stillen muss. Freude konnte sie dabei keine empfinden. Die Nähe zu ihrem Sohn war ihr zu viel: Sie fühlte sich immer im Stress, ihr Baby nicht genügend ernähren zu können.
Die Schmerzen des Dammschnitts begleiten Karin noch ein halbes Jahr, dann geht plötzlich alles viel besser. Der Kleine schlief bereits mit acht Wochen durch, Karins Schmerzen sind weg und sie hat sich langsam an ihre Rolle als Mutter gewöhnt.

Die Postpartale Depression
Die **Postpartale Depression** (PPD; umgangssprachlich auch Postnatale Depression genannt) ist nicht mit dem **Babyblues** zu verwechseln, welcher bereits ein paar Tage nach der Geburt auftritt und von dem ca. 50 Prozent der Frauen betroffen sind. Diese typischen «Heultage» sind vor allem mit der Anpassung an die Situation nach der Geburt verbunden und dauern in der Regel zwei bis höchstens zehn Tage. Dagegen tritt die PPD später auf und dauert mehrere Wochen bis Monate an. 10 bis 15 Prozent der Mütter leiden in den ersten Monaten nach der Geburt darunter, die Symptome treten etwa zwei Wochen *post partum* auf, können verzögert aber auch bis zu einem Jahr nach der Geburt erscheinen. Seltener ist die **Postpartale Psychose**. Weniger als ein Prozent der jungen Mütter sind davon betroffen. Diese schwere Form einer Postpartalen psychischen Störung geht mit starken Persönlichkeitsveränderungen einher (vgl. Oddo et al., 2008; Reck, 2007, Riecher-Rössler & Hofecker Fallahpour, 2003).

Diagnose PPD
Die Mutterrolle nimmt Karin sehr ernst. Sie bezeichnet sich selbst als Perfektionistin im Haushalt. Sie möchte, dass keine Spielsachen herumliegen und dass alle sehen können, wie gut sie alles im Griff hat. So setzt sie sich selber immer wieder unter Druck, um die eigenen und fremden Erwartungen zu erfüllen.
Als ihr Sohn neun Monate alt ist, erlebt die junge Familie einen Todesfall in der Verwandtschaft. Kurz darauf zeigen sich bei Karin erste Symptome einer Depression: Übelkeit, Müdigkeit, Lustlosigkeit. Ein starker Eisenmangel wird diagnostiziert, die darauffolgende Infusion hält jedoch nicht lange hin. Karin und ihr Mann beschliessen, eine Woche Ferien zu machen. Es sind die ersten Familienferien, ihr Sohn ist elf Monate alt. Als Karin in den Ferien plötzlich Panikattacken erleidet und hyperventiliert, fahren sie früher als geplant nach Hause und von dort direkt zum Hausarzt. Diagnose: PPD. Karin bekommt ein Antidepressivum, nimmt es drei Tage lang und hört dann wieder auf, weil sie sich damit noch schlechter fühlt.
Karin hat Mühe, mit der Diagnose umzugehen. Sie schämt sich dafür und möchte sich nur verkriechen. Durch die hinzukommenden Angstzustände und Schlafstörungen endet sie in einen Teufelskreis. Sie kann nicht mehr aufstehen, sich nicht mehr um ihr nun über ein Jahr altes Kind kümmern, nicht alleine zu Hause sein. Dank der Unterstützung der Familie und der Familienentlastung ist sie nie alleine mit ihrem Sohn zu Hause. Zu diesem Zeitpunkt sucht sie die Hilfe einer Psychologin.

Die PPD aus bindungstheoretischer Sicht
10 bis 15 Prozent der Mütter leiden nach der Geburt an einer PPD. Es werden diverse Ursachen dafür genannt: Komplikationen während Schwangerschaft oder Geburt, hohe Erwartungen der Mutter an sich selber, fehlende Unterstützung, Probleme in der Partnerbeziehung, vorangehende Depressionen und eigene traumatische Erlebnisse in der Kindheit (Oddo et al., 2008; Reck, 2007; Riecher-Rössler & Hofecker Fallahpour, 2003).
Die Symptome einer PPD sind die gleichen wie bei anderen Depressionen: Antriebsschwierigkeiten, Schlafstörungen, Angst- und Panikzustände etc. Dazu kommen zwei wichtige Aspekte im Zusammenhang mit dem Neugeborenen: Die Gefühle der Mutter gegenüber ihrem Neugeborenen erschweren eine sichere Bindung zwischen den beiden, entweder weil die Mutter ihrem Kind die Schuld an ihrer Situation gibt oder weil sie gar keine Gefühle zu ihm entwickeln kann. Auch kommt es vor, dass die Mutter sich aufgrund der Depression nicht um ihr Baby kümmern kann, was wiederum ein schlechtes Gewissen bei ihr auslöst und die Depression vertieft (Brisch & Helbrügge, 2008; Riecher-Rössler & Hofecker Fallahpour, 2003).
Die Symptome einer PPD nehmen Einfluss auf die Mutter-Kind-Beziehung und damit auch auf die Entwicklung des Kindes. Bowlbys (1988) Bindungstheorie zeigt, dass die ersten Monate wichtig für die Entwicklung der Beziehung zwischen Kind und Bezugsperson sind. In dieser Zeit entwickelt sich die Mutter-Kind-Beziehung über einen gegenseitigen, durch Mutter und Kind gestalteten Ablauf, in dem die Mutter das Kind spiegelt und das Kind wiederum die Mutter. Reagiert die Mutter nicht oder auf unberechenbare Art und Weise auf die Bedürfnisse des Kindes, so entsteht eine unsichere Bindung (Reck, 2007).
Heute weiss man, dass das sogenannte Bonding direkt nach der Geburt ein wichtiger Bestandteil der Eltern-Kind-Bindung ist (Brisch & Hellbrügge, 2008). Initiiert wird es, indem das Neugeborene sofort nach der Geburt auf den Bauch der Mutter gelegt wird. Ausserdem werden die Neugeborenen nicht mehr wie im letzten Jahrhundert auf der Säuglingsstation untergebracht, sondern sie verbringen das Wochenbett gemeinsam mit ihrer Mutter: Man spricht von Rooming-in. Trotzdem gibt es immer wieder Umstände, die ein sofortiges Bonding verunmöglichen. So musste beispielsweise Karins Sohn direkt nach der Geburt beatmet werden und Karin selber war in einem völlig gefühllosen, abwesenden Zustand. Sie erzählt,



Bildquelle: Ronny Peiser

dass sie in diesem Moment gar nicht fühlen konnte, dass sie ein Kind geboren hatte. Erst Tage später hatte Karin genug Energie, um eine Bindung zu ihrem Sohn aufzubauen. Karins Bewältigungsschwierigkeiten in ihrer neuen Rolle begleiteten sie auch weiterhin und mündeten schliesslich in eine PPD.

Anpassen an die Realität

Als Karin merkt, dass sie sich nicht angemessen um ihren mehr als einjährigen Sohn sorgen kann, sucht sie Hilfe. Sie schöpft alle möglichen Therapieformen aus: medikamentöse Therapie, Komplementärmedizin, Psychotherapie und schliesslich einen fünfwöchigen Klinikaufenthalt in der Mutter-Kind-Station des Kantonsspitals Affoltern. Letzteres erweist sich als sehr gute Entscheidung. Nach diesem Aufenthalt kommt Karin gestärkt nach Hause.

Rückblickend sagt Karin, dass sie vor allem die Geburt verarbeiten und sich in ihrer neuen Rolle als Mutter finden musste. Ausserdem sei es nötig gewesen zu lernen, mit ihrer Krankheit offen umzugehen und sich nicht dafür zu schämen.

Heute spricht sie problemlos über die PPD, z. B. auf dem Spielplatz, wo sie andere Mütter trifft. Dabei merkt sie, dass auch viele andere Frauen von der Problematik betroffen sind und dass diese sich anfangs genauso sehr schämen, wie sie es selber tat.

Nach einem Jahr Psychotherapie und medikamentöser Behandlung fühlt sich Karin heute ganz gesund. Nur zwei Sachen wünscht sie sich: mehr Verständnis für die Betroffenen und mehr unterstützende Angebote. Mitten in der Depression, sagt Karin, könne man nicht auch noch um Hilfe kämpfen. ■

Zum Weiterlesen

Brisch, K. H. & Hellbrügge, T. (Hrsg.). (2008). *Die Anfänge der Eltern-Kind-Bindung. Schwangerschaft, Geburt und Psychotherapie* (2. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.

Shields, B. (2006). *Ich würde dich so gerne lieben. Über die grosse Traurigkeit nach der Geburt.* Berlin: Ullstein.

Nietzsche über die Last der Vergangenheit

Was steckt hinter dem Ausdruck «Last der Vergangenheit»? Der Philosoph, Philologe und ehemaliger Professor der Universität Basel Friedrich Nietzsche nimmt eine kritische Haltung gegenüber der Historie ein und weist sie in die Schranken, weil er das Leben selbst durch sie bedroht sieht.

Von Manuel Merkofer

«Ich habe mich bestrebt, eine Empfindung zu schildern, die mich oft genug gequält hat …» (Nietzsche, 1984, S. 6).

Durch die unzähligen Zeitzeugnisse, die uns zur Verfügung stehen, können wir uns lange und intensiv mit der Vergangenheit beschäftigen. Kulturelle Parameter wie Sprache, Sitten und Anschauungsweisen werden einem Kind bereits in die Krippe gelegt.
Nun stellt sich die Frage, wie wir mit dem wachsenden Berg an historischem Wissen umgehen sollten. Geläufig in diesem Zusammenhang mag die Behauptung sein, ein Grossteil der Historiographie sei nutzlos und in der heutigen Zeit irrelevant.

In eine andere Richtung geht die Kritik von Friedrich Nietzsche. In seiner viel rezipierten Abhandlung *Vom Nutzen und Nachteil der Historie* für das Leben von 1873 stellt er die These auf, ein Übermass der Historie sei schädlich für den betroffenen Menschen oder die entsprechende Kultur. Historie ist aber nicht an sich schlecht, eher braucht der Mensch ein Gleichgewicht zwischen dem Unhistorischen und Historischen. Mit «Historie» meint Nietzsche dabei wohl im weiteren Sinn das Erinnern und im engeren die Geschichtsschreibung.
Er entwickelt darin die Ätiologie einer Krankheit, welche er bei seinen Zeitgenossen feststellt und als wesentliche Bedrohung für die deutsche Kultur ansieht. Das breite geschichtliche Bewusstsein führt nach Nietzsche zur Abwertung des Neuen, da es mit alten Massstäben und im Lichte der Unbeständigkeit eines historischen Weltprozesses betrachtet wird. Aus der hegelschen Vorstellung eines Weltprozesses, in welchem die Welt auf ein Endziel hinsteuert, welches sich zudem nur am Ende offenbart, folgt die wahrgenommene eigene Bedeutungslosigkeit. Denn in diesem Kontext schrumpft der Einzelne in seinem Wirken zum Epigonen der Menschengeschichte.
Wer zu grosse Mengen an historischem Wissen aufnimmt, kann dieses nicht mehr ordnen und schleppt es als eine unverdauliche, unzusammenhängende Masse mit sich herum. So bleibt dem Übersättigten nichts anderes übrig, als das Aufgenommene gleich wieder unverarbeitet auszustossen oder zu beseitigen. Dies führt zu einer indifferenten Haltung auch gegenüber dem Wirklichen und Bestehenden.
Nietzsche vergleicht den modernen Menschen seiner Zeit in diesem Zusammenhang mit einer wandelnden Enzyklopädie. Diese hat zwar einen riesigen Inhalt, doch kann sie selbst nichts damit anfangen. Diese Nichtübereinstimmung zwischen Inhalt und Form, Innerem und Äusserem ist die Ursache für eine «schwache Persönlichkeit».
So kann sich der «historische Mensch» nicht mehr zu echtem, das heisst Veränderung bringendem Handeln durchringen und ist darum unfähig, selber kreativ in die Geschichte einzugreifen. Im Extremfall sieht er überall nur noch ein Werden, nichts Beständiges. Er glaubt schliesslich nicht einmal mehr an sich selbst und flüchtet in eine ironische oder gar zynische, jedenfalls untätige Haltung. Leicht fällt es ihm hingegen, mit seinem historischen Wissen Kritik an Neuem zu üben.
Folgerichtig setzt Nietzsche eine unhistorische Denkweise an den Beginn jeder echten Handlung oder kulturellen Veränderung:

«… und kein Künstler wird sein Bild, kein Feldherr seinen Sieg, kein Volk seine Freiheit erreichen, ohne sie in einem derartig unhistorischen Zustande vorher begehrt und erstrebt zu haben» (Nietzsche, 1984, S. 14).

Auch macht sich der historische Mensch nach Nietzsche unglücklich. Da man in reinen Glücksmomenten eben unhistorisch denkt und im Moment verharrt.

Nur kurz geht Nietzsche auch auf kurative Mittel ein. Dabei fordert er eine künstlerische Umgestaltung der Historie. Die Historie soll nicht im Alleingang, sondern gemeinsam mit Kunst und Religion auf die Entwicklung einer Kultur hinwirken. Denn diese pflegen einen ehrlicheren Umgang mit den menschlichen Bedürfnissen und sind somit enger mit dem Leben verbunden. Im Buch *Die fröhliche Wissenschaft* schildert Nietzsche (2001/1882) die Kunst als Weg zur

Monumentalische, antiquarische und kritische Art der Historie

Gemäss Nietzsche zeigen sich drei verschiedene Arten, wie mit der Geschichte umgegangen wird, von welchen alle nur bedingt geeignet sind.
Die *monumentalische Historie* begutachtet die menschlichen Errungenschaften und Kulturgüter der Vergangenheit, zeigt, dass grosse Taten möglich sind und ermutigt so die Tätigen und Strebsamen. Es besteht aber die Gefahr, dass das ewig Grosse idealisiert und mystifiziert wird, wodurch die Vergangenheit verfälscht wird. Den Bewahrer und Verehrer subsumiert Nietzsche hingegen unter die *antiquarische Historie*. Er will die Umstände seiner eigenen Existenz bewahren und erhält so gleichzeitig das Leben, kann aber auch im gewohnten Horizont verharren. Die *kritische Historie* schliesslich dient dem Leben selbst, sie richtet gnaden- und pietätlos über die Vergangenheit. So kann sie das Alte überwinden und ist ein wirksames, aber gefährliches Mittel gegen übermässige monumentalische und antiquarische Historie. Denn die kritische Historie beraubt das Leben seiner Wurzeln, so dass neue Lebensadern geschaffen werden müssen. Zudem sind wir als Kinder vergangener Verirrungen, Leidenschaften und Irrtümer immer auch abhängig und können uns ebendieser Tatsache nicht erwehren.



Bildquelle: Manuel Merkofer

Reflexion. In ihrem Feld können wir übermütig, kindisch und spottend sein und uns so aus einer künstlerischen Ferne betrachten. Dadurch finden wir einen anderen Zugang zu Irrtum, Unwahrheit und Verlogenheit.
Um einem Auftreten der geschilderten Symptomatik entgegenzutreten, schlägt er ferner vor, die Bildung mehr in den Dienst des Lebens, das heisst der Gegenwart und Zukunft zu stellen und direkt an dieses anzuknüpfen. Nietzsche ist folglich nicht gegen Bildung an sich, sondern gegen die moderne «Gebildetheit». Er betont die lähmende Wirkung einer rein wissenschaftlichen Betrachtungsweise der Historie.

«Und zwar wird dieses Wissen um die Bildung als historisches Wissen dem Jüngling eingeflösst oder eingerührt; das heisst, sein Kopf wird mit einer ungeheuren Anzahl von Begriffen angefüllt, die aus der höchst mittelbaren Kenntnis vergangener Zeiten und Völker, nicht aus der unmittelbaren Anschauung des Lebens abgezogen sind. Seine Begierde, selbst etwas zu erfahren und ein zusammenhängend lebendig System von eigenen Erfahrungen in sich wachsen zu fühlen – eine solche Begierde wird betäubt […] als ob es in wenig Jahren möglich sei, die höchsten und merkwürdigsten Erfahrungen alter Zeiten […] in sich zu summieren» (Nietzsche, 1984, S. 100).

Man stellt fest, dass Nietzsche den Fokus auf die Nachteile der Historie setzt. Dies vermutlich mit der Absicht, seine Zeitgenossen zu einer kritischeren Haltung zu bewegen. Wohlwissend, damit den verbreiteten bürgerlichen Stolz auf die Bildung zu treffen, und der erwarteten zeitgenössischen Unpopularität zum Trotz ordnete er die Schrift in eine Reihe von vier kulturkritischen Betrachtungen ein. So ist sie auch als «Zweite unzeitgemässe Betrachtung» bekannt.
Auch schildert er als historisches Beispiel die Assimilation der Römer der Kaiserzeit, welche als Herrscher über ein riesiges Gebiet zu Betrachtern fremder Kulturen sowie Nachahmer deren Sitten geworden sind und an eigener Identität einbüssten. Demgegenüber lobt er die antike griechische Kultur für ihren Umgang mit der Historie, das heisst dafür, dass sie sich jederzeit einen unhistorischen Sinn bewahrt haben.

Die «Zweite unzeitgemässe Betrachtung» hat prophetischen Charakter. Ihr fehlt manche Begründung für die obigen Zusammenhänge und Nietzsche versucht stattdessen eher mit sprachgewaltigen Beispielen zu überzeugen. Ein Teil der Rechtfertigung erschliesst sich für ihn aus der Beobachtung heraus, dass die geschilderten Symptome unter seinen Zeitgenossen weit verbreitet sind. Die Gegenüberstellung der duch Nietzsche beobachteten und erklärten Symptome zu modernen Erkenntnissen ist nicht unproplematisch, trotzdem seien einige Parallelen genannt. Dazu gehört die auffällige Symptomatik des erläuterten Krankheitsbilds: Antriebsstörungen, Grübeln und Resignation werden auch heute zur Beschreibung von verbreiteten psychischen Störungen, wie der Depression, genutzt. Weiter fällt auf, dass die seltenen Fälle von Gedächtniskünstlerinnen und Gedächtniskünstler oft gleichzeitig klinische Fälle sind und die Betroffenen Probleme damit aufweisen, ein selbstständiges Leben zu führen. Wahrscheinlich das bekannteste Beispiel ist der Savant Kim Peek, der im Film Rain Men porträtiert wird. Interessant ist auch das Schicksal des Journalisten Solomon Shereshevsky, welcher ein unglaubliches Gedächtnis hatte, aber Schwierigkeiten beim Folgen einer Geschichte und Verstehen abstrakter Konzepte bekundete (Kupferschmidt, 2011). Die Gedächtniskünstler zeigen, dass eine stark erhöhte Merkfähigkeit und damit ein grosses Wissen nicht immer nur Vorteile mit sich bringen.

Die von Nietzsche geschilderte unhistorische Denkweise erinnert mich an einige Merkmale des Flow-Gefühls, wie es von Csikszentmihalyi beschrieben wird. Flow bezeichnet den Zustand der «völligen Vertiefung» in einer bestimmten Tätigkeit. Dieser ist begünstigt durch ein optimales Anspruchsniveau, welches zwischen Über- und Unterforderung liegt. Dazu gehören die verzerrte zeitliche Wahrnehmung, die Produktivität und Kreativität, die gehobene Stimmung, erhöhte Motivation sowie das Verschmelzen von Handeln und Bewusstsein (Csikszentmihalyi, 1997).
Es lassen sich also Zusammenhänge zu heute untersuchten Phänomenen feststellen. Nietzsches Ausführungen deswegen abschliessend zu verwerfen oder ihm Recht zu geben wäre aber voreilig. Auch in der heutigen Zeit noch handelt es sich um eine ungewohnt kritische Sicht auf die Historie. Umso wichtiger ist es, sie dennoch zu thematisieren. Mit dem wissenschaftlichen Fortschritt hat jedenfalls die Frage, wie wir mit dem riesigen Fundus an Informationen umgehen sollten, an Aktualität hinzugewonnen. Und schenken wir Nietzsche Glauben, so sind wir heute wohl viel mehr gefährdet als seine Zeitgenossen es waren. ■

Zum Weiterlesen

Csikszentmihalyi, M. (1997). *Happiness and Creativity. Going with the Flow*. Futurist, 59, 8–12.
Nietzsche, F. (1984). *Vom Nutzen und Nachteil der Historie für das Leben*. Zürich: Diogenes



aware direkt
in ihren Briefkasten?
Werden Sie Abonnent/in.
Anmeldung über info@aware-magazin.ch
oder www.aware-magazin.ch



Die nackte Wahrheit

Sind die Hörsäle wirklich überfüllt? Fallen tatsächlich so viele Psychologiestudierende durch? Sind die Durchfallquoten von vornherein festgelegt? Objektive Zahlen bringen Licht ins Dunkel.

Von Ferdinand Denzinger, FAPS

Viele Psychologiestudierende der Universität Zürich sprechen darüber – fast jeden interessiert es, doch niemand weiss Genaueres. So manche Gerüchte tummeln sich daher in den Hörsälen. Es wird gemunkelt, dass die Durchfallquote im Assessmentjahr bei über 70 Prozent liegt, auch im Aufbaustudium eiskalt ausgesiebt wird und die Hörsäle mit Hundertschaften von Studierenden überbevölkert sind. Angeblich steckt in jedem Gerücht auch immer ein Fünkchen Wahrheit. Was ist also an diesen Horrorgeschichten dran? Der FAPS hat nachgeforscht und bringt dabei interessante Tatsachen ans Tageslicht. In diesem Artikel wird mit vielen Gerüchten aufgeräumt und mit Unterstützung der Studienberatung harte Fakten auf den Tisch gelegt.

Allgemeines

Im Herbstsemester 2011 studierten insgesamt 1365 Bachelor- und 477 Masterstudierende an der Universität Zürich Psychologie. Der Frauenanteil liegt bei knapp 77 Prozent. Der Ausländeranteil ist mit weniger als 15 Prozent relativ gering. Die beliebtesten Nebenfächer der Psychologiestudierenden sind Erziehungswissenschaften, Rechtswissenschaften, Biologie, Wirtschaftswissenschaften und Soziologie. Laut einer Umfrage des Instituts im Jahr 2009 finden sich im Psychologiestudium ca. 35 Prozent Teilzeitstudierende vor. Zusätzlich belegten in diesem Semester 337 Studierende anderer Fachrichtungen Psychologie im Nebenfach.

Assessmentstudium

Befinden sich in den Hörsälen der Assessmentvorlesungen wirklich über 700 Erstsemesterstudierende? Nein, diese Zahl ist doch leicht übertrieben. Im Herbstsemester 2011 haben insgesamt 448 Studierende mit dem Psychologiestudium begonnen. Auch in den letzten Jahren lag diese Zahl immer bei etwa 450. In der Regel kommen noch etwa 50-100 Nebenfachstudierende dazu. Zählt man dazu aber noch die Wiederholenden, die ihre Prüfungen nicht bestanden haben, kann man tatsächlich von einer leichten «Überbevölkerung» der Hörsäle ausgehen. Die Durchfallquote der beiden Assessmentprüfungen ist wesentlich geringer, als es die hartnäckigen Gerüchte prophezeien. Keine Frage – die Prüfungen sind schwer, doch sind es «nur» etwas weniger als 50 Prozent der Studierenden, die es beim ersten Mal nicht schaffen. Für den zweiten Versuch sehen die Zahlen wesentlich optimistischer aus: 75–80 Prozent bestehen die Prüfungen im zweiten Anlauf. Die Durchfallquote stieg übrigens nie mit der Zeit an. Schon vor 20 Jahren, an den Zwischenprüfungen des Liz-Systems, lag diese bei ca. 50 Prozent und hat sich im Laufe der Jahre nicht wesentlich verändert. Auch die Bologna-Reform konnte daran nicht rütteln.

Aufbaustudium

Das Psychologische Institut rechnet damit, dass jedes Jahr ca. 280 Studierende ins Aufbaustudium eintreten. Da die Module flexibel gebucht werden können, ist eine differenzierte Unterscheidung der Semester nicht mehr genau möglich. Auch im Aufbaustudium hält sich wacker das Gerücht, dass bei jeder Prüfung genau 10 Prozent der Studierenden durchfallen. Dies ist falsch. Tatsächlich ist die Quote variabel und liegt durchschnittlich zwischen fünf und zehn Prozent. Viele gehen davon aus, dass die Durchfallquoten und die Notenspannen bereits vorher festgelegt sind. Dies ist aber ein Trugschluss, da alle Prüfungen und die einzelnen Fragen einer genauen Analyse unterzogen werden, und erst dann, anhand der gewonnenen Daten, die zum Bestehen notwendigen Punkte bestimmt werden. Daher macht es auch wenig Sinn, sich an dem Cut-Off-Wert der letzten Jahre zu orientieren.

Masterstudium

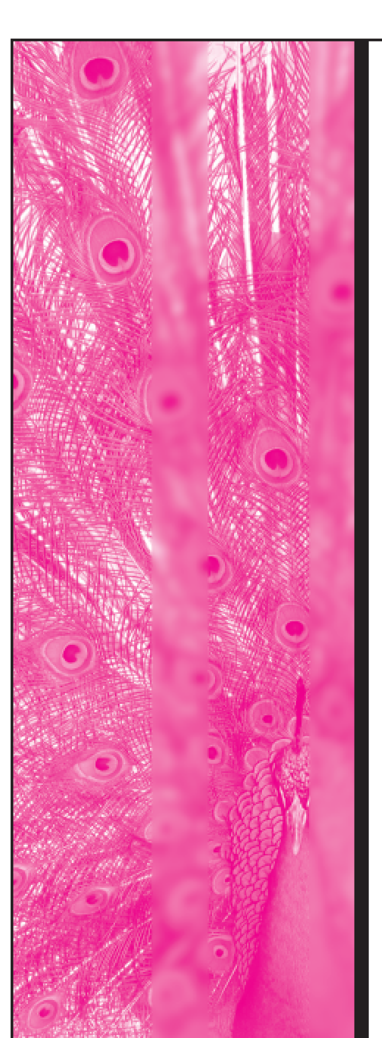
Im Herbstsemester 2011 starteten 175 Studierende ins Masterstudium. Darunter befanden sich 30 Studierende aus anderen Schweizer Hochschulen und 21 Studierende aus ausländischen Hochschulen. Nach wie vor vertiefen die meisten Studierenden (48 Prozent) in der Klinischen Psychologie und Gesundheitspsychologie (HEA). Im Vergleich zum Vorjahr und zu anderen Fachrichtungen hat in diesem Bereich die Studierendenzahl aber etwas abgenommen. In der Sozial-, Organisations- und Wirtschaftspsychologie (SOB) vertiefen 27 Prozent. Während es in der kognitiven Psychologie und kognitiven Neurowissenschaft (COG) noch 18 Prozent sind, entscheiden sich nur 6 Prozent der Masterstudierenden für den Schwerpunkt Entwicklungs- und Differentielle Psychologie (DEV).

Wir bleiben dran! ■

Die Zahlen auf einen Blick

	Proz.	Pers.
Psychologiestudierende gesamt:		1842
Nebenfachstudierende gesamt:		337
Frauenanteil gesamt:	77 %	
Ausländeranteil gesamt:	< 15 %	
Bachelor		
Bachelorstudierende gesamt:		1365
Erstsemesterstudierende:		448
Neueintritte Aufbaustudium:		≈ 280
Durchfallquote Assessment:	50 %	
Durchfallquote Aufbaust.:	5-10 %	
Master		
Masterstudierende gesamt:		477
Neueintritte HS 2011:		175
Aus and. Hochschulen (CH):	17 %	30
Aus ausländ. Hochschulen:	12 %	21
Vertiefung HEA:*	48 %	84
Vertiefung SOB:*	27 %	48
Vertiefung COG:*	18 %	32
Vertiefung DEV:*	6 %	11

*Angaben in Bezug auf die Master-Neueintritte 2011.



reformiertes
hochschulforum zürich

Das **Hochschulforum** im FS 2012 zum Thema:

MENSCH IM BILD

Wie setze ich mich ins Bild und wo erschaffe ich eigene Bild-, Denk- und Freiräume?

Gesucht: Einblick in digitale Bildarchive/Bildtagebücher

von Studierenden

Gib anderen einen Einblick und erzähle, worum es Dir beim alltäglichen Bildersammeln in Studium und/oder Freizeit geht. Mehr dazu: www.hochschulforum.ch

Fokus Islam

Von Bildern und Blicken

Gender- und bildtheoretischer Workshop zum Thema «Mensch im Bild». Sensibilisierung für das Performative von Bild und Sprache anhand von gemeinsamen Bildbefragungen und Reflexionen.
Leitung: Sarah Farag, lic. phil., M.A und Alice Thaler-Battistini, lic. Phil
5 Abende, ab Donnerstag, 19. April 2012

Ausstellung

Bilder von Lea Schuler

Vernissage mit Apéro: Freitag, 30. März 2012, 18.00
Ausstellung: 30. März – 6. April, je 12.00 – 13.00 oder auf Anfrage
Turmzimmer KOL-Q-2, Universität Zürich-Zentrum

Weitere Angebote:
Blickwechsel • Beiz • Gottesdienste zum Semesterthema • Ökumenisches Taizé-Gebet • Thinking at the edge



Ganzheitliche

Psychotherapie-Ausbildung am IKP in ZH od. BE

Besuchen Sie unsere laufend stattfindenden Gratis-Info-Abende (Daten unter www.ikp-therapien.com)

körperliche Lebensdimension
psychisch-geistige Lebensdimension
beziehungs-mässige (soziale) Lebensdimension
Raum / Ökologie
Zeit
spirituell-sinnstiftende Lebensdimension

Das Institut für Körperzentrierte Psychotherapie IKP in **Zürich und Bern** bietet seit mehr als 30 Jahren eine von der Charta, vom ASP und vom SBAP **anerkannte** vierjährige Psychotherapie-Ausbildung für Absolvent/-innen eines Studiums in Psychologie an.

Die Körperzentrierte Psychotherapie IKP nach Dr. Dr. Yvonne Maurer ist eine moderne, ganzheitlich-integrative Methode, die alle zentralen Lebensdimensionen berücksichtigt.

Mithilfe von Gespräch, Körperübungen, Rollendialog, Perspektivenwechsel und Imaginationen werden den Klient/-innen verschiedene Zugangsmöglichkeiten zu sich zur Verfügung gestellt. Die Psychotherapie IKP setzt Heilungsprozesse in Gang, indem sie die verschiedenen Lebensdimensionen in Balance bringt und als Ressourcen nutzbar macht.

Die Ausbildung eignet sich für **angehende Psychotherapeut/-innen,** die bedürfnis- und klientenzentriert arbeiten, Klient/-innen als selbstverantwortliche, ebenbürtige Gegenüber wahrnehmen und behandeln möchten, und die Freude haben an ganzheitlichem, vielseitigem und kreativem Schaffen.

Die Ausbildung startet 2x jährlich und beinhaltet folgende Module:
Feste Ausbildungsgruppe bzw. Diplomabschlussgruppe, Selbsterfahrung, Supervision einzeln und in Gruppen, Seminare zu verschiedenen Themen, Praktikum, Diplomarbeit und Abschlussprüfung.

Am Psychotherapeutischen Ambulatorium IKP in Zürich besteht die Möglichkeit, das Praktikum zu absolvieren.

Mehr Infos?
Tel. 044 242 29 30
www.psychotherapie-ikp.com

Institut für Körperzentrierte Psychotherapie IKP
Kanzleistrasse 17, 8004 **Zürich**; Stadtbachstrasse 42a, 3012 **Bern**



Seit 30 Jahren anerkannt

psyCH
studentischer dachverband psychologie schweiz
association suisse des étudiant-e-s en psychologie

Schwups die wups – ausgebucht …

News vom Studentischen Dachverband Psychologie Schweiz (psyCH)

WOW, war das eine Überraschung, als am 15. Dezember die 120 Plätze für den Nationalen Psychologiekongress (psyKo) für Studierende nach nur drei Tagen ausgebucht waren. Was sonst noch im letzten Semester bei psyCH lief und laufen wird, erfahrt ihr hier.

Von Mirjam Zeiter (psyCH)

psyKo'12

Ende März wird er endlich wieder stattfinden: der neunte psyKo! Wie letztes Jahr kann man sich zu Beginn durch diverse Infostände schlängeln und einen Apéro geniessen. Vorträge gibt es dieses Jahr zu Entwicklungspsychologie, Sprachpsychologie und «Every day things» sowie diverse Vorträge von Studierenden. Da ja auch das Praktische nicht zu kurz kommen soll, kann man sich in diversen Workshops zu Themen wie Counseling, Smartphone im Modern Assessment, Sicherheit am Arbeitsplatz, Hypnotherapie, Mediation oder Führung üben. Des Weiteren wird es auch Gelegenheit geben, die Umgebung zu erkunden und zu feiern. Am Samstagabend gibt es ein Konzert von Šuma Čovjek Orkestar und anschliessend wird DJ Soul Riot dem Studierendenvolk einheizen. Leider gibt es mittlerweile eine ziemlich lange Warteliste. Falls du dich trotzdem noch anmelden möchtest, steigt die Wahrscheinlichkeit einer Teilnahme, wenn du einen Vortrag hältst.

Wir danken jetzt schon allen Teilnehmenden für das rege Interesse, dem psyKo-Team vom letzten Jahr für die gute Publicity, natürlich auch dem aktuellen Team und allen, die dazu beigetragen haben, den psyKo bekannter zu machen. Wir sind jetzt schon sehr gespannt darauf. Mehr Infos zum Programm: www.psyKo.ch

«Mind the body»

Schon wieder ein Kongress, genau – auch der nächste EFPSA (European Federation of Psychology Students) steht schon bald an. Das Thema ist dieses Jahr «Mind the body» und findet auf einer entzückenden dänischen Insel im April statt. Beim einwöchigen Kongress wird eifrig über Sport-, Gesundheits- und Achtsamkeitspsychologie diskutiert und natürlich dürfen auch die internationalen Kontakte nicht vernachlässigt werden. Wie üblich werden die sozialen Aktivitäten in Dänemark auch nicht zu kurz kommen. Zudem wird eine Besichtigung der Meerjungfrau in Kopenhagen sicher Pflicht sein.

Du weisst nicht, dass es für Psychologie–Studierende ein eigenes Travel Network gibt: Wie wär's mal mit einer Surfrunde auf der Website des Europäischen Psychologieverbands: www.efpsa.org.

psyCH

Wuh – schon fast ist das aktuelle Mandat wieder zu Ende. Die Zeit vergeht oft viel zu schnell – wahrscheinlich nicht nur für uns psyCHler. Im Herbstsemester gab es ein psyCH Board Meeting, wo diverse Themen besprochen wurden. Beim Treffen der Vertreterinnen und Vertreter der Fachschaften der Schweizer Psychologiedepartemente, dem sogenannten local org. Meeting, konnte man einmal mehr über die Vielfältigkeit und Vielfalt der Aktivitäten der jeweiligen Universitäten staunen und inspiriert werden. Das p-Team nahm auch an der FSP-Präsidialkonferenz und der Mitgliederversammlung des Aktionsbündnisses Schweiz sowie an einem Treffen mit SBAP. teil. Wie du siehst, gibt es viele spannende Ereignisse bei psyCH. Immer wenn ein neues Semester anfängt, sind wir um aktive Leute bemüht, die mit uns tolle Events und Treffen planen möchten. Aktuell suchen wir u. a. jemanden, der uns hilft, die Praktikumsplattform psyPra.ch aufzufrischen. Hast du Interesse? Dann melde dich bei uns: psyCH@psyNet.ch.

psyLive – Vorurteile, Veränderung und Vielfalt – Entdecke die moderne Psychologie!

Leider gibt es in diesem Newsletter auch eine traurige Nachricht. Der psyLive Event «Entdecke die moderne Psychologie» für die Schweizer Bevölkerung musste schweren Herzens abgesagt werden. Das studentische Engagement reicht nicht immer aus – gerade bei diesem Event fehlte es stark an akademischer und finanzieller Unterstützung. Nach wie vor sind wir sehr überzeugt von diesem tollen Projekt, doch reichte die Energie schlussendlich nicht mehr aus …

Wir möchten uns ganz herzlich für das riesige Engagement und Herzblut des Teams bedanken. Ihr habt einen super Job gemacht, Danke!

Infokits

Vielleicht hast du im Herbst auch ein psyCH Infokit erhalten. Das p-team hat an allen Universitäten Kurzpräsentation über psyCH, psyKo, EFPSA etc. gemacht und insgesamt mehr als 2000 Infokits an Studierende verteilt. Ein riesiges MERCI an alle, die uns geholfen haben mit den jeweiligen Professorinnen und Professoren in Kontakt zu kommen und uns die Zimmerverteilung ihrer Unis erklärt haben.

Fürs Frühlingssemester wünschen wir euch Zeit für euch selbst, denn vergesst nicht – Studium ist nicht alles.

Vielleicht schon bis bald im schönen Schüpfheim oder an einem psyCH-Treffen.



Bild: psyCH

psyKo team 2012 (es fehlen Antje, Eva und Felix)

«The grand essentials of happiness are: something to do, something to love, and something to hope for.» – Allan K. Chalmers